தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு

விலை: ரூ. 20
ஜூலை, 2025

மலர்: 27
இதழ் : 03

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும்
ஊராட்சித்துறை

ஏற்றம்

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கான மாத இதழ்

சாதிக்கும் ஆசையே உந்தித் தள்ளுகிறது

கோலாகலமாக நடந்த 'சுய உதவிக் குழு தினக் கொண்டாட்டம்

பிறர் நலனுக்கு முன்னுரிமை அளித்த மேரி கியூரி

வயல்களோடு எங்களது வாழ்க்கையும்
சேர்ந்து பிணைந்திருந்த நாங்க
அன்னைக்கு தெருவோரங்கள்ல
வித்துக்கிட்டுருந்தோம். இன்னைக்கு
மால்களிலும், பெரிய கடைகளிலும்
விற்பனைக்கு சப்ளை செய்றோம்.

' தளராத இதயம்
உள்ளவனுக்கு
இவ்வுலகில்
முடியாதது என்று
எதுவுமே இல்லை "

"மாற்றுத்திறனாளிகள் சுய உதவி குழுவை
சேர்ந்த எங்களின் உற்பத்தி பொருட்களை
இடைதரகர்களின்றி வாங்கிச் செல்கின்றனர்.

குழுவில் இணைந்த பிறகு எங்களுக்கான
வாய்ப்புகள் பெருகும் என்ற நோக்கில்
செயல்பட்டுக்கொண்டு இருக்கிறோம்."

" வெற்றி பெறுவது சாத்தியமே. என்ன செய்கிறாய் என்பதை
அறிந்து செய்! செய்வதை விரும்பிச் செய்! "

உதயநிதி ஸ்டாலின்
தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர்

தலைமைச் செயலகம்
சென்னை - 600 009.

முற்றம் வாயிலாக மீண்டும் உங்களைச் சந்திப்பதில் மகிழ்ச்சி அடைகிறேன்.

மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்களின் உத்தரவின் பேரில், கடந்த ஒரு மாதத்தில் மகளிர் சுய உதவிக் குழு சார்ந்த நிகழ்ச்சிகள் ஏராளம் நடைபெற்றுள்ளன. குறிப்பாக, சென்னை கலைவாணர் அரங்கில் ஜூன் 11ஆம் தேதி நடைபெற்ற பிரம்மாண்ட விழாவை நம்மால் மறக்க முடியாது. அன்றைய தினம், தமிழ்நாடு முழுவதும் உள்ள 33 ஆயிரத்து 312 சுய உதவிக் குழுக்களைச் சேர்ந்த 3 லட்சத்து 76 ஆயிரத்து 443 உறுப்பினர்களுக்கு 3 ஆயிரத்து 134.21 கோடி ரூபாய் வங்கிக் கடன் இணைப்பு வழங்கும் நிகழ்வைத் தொடங்கி வைத்தோம்.மாநிலத்தின் பல்வேறு பகுதிகளைச் சேர்ந்த கிராமப்புறம் மற்றும் நகர்ப்புறங்களில் செயல்பட்டு வரும் 20 சுய உதவிக் குழுக்கள், கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கங்கள், கூட்டமைப்புகள் உட்பட 35 சமுதாயம் சார்ந்த அமைப்புகளுக்கு 2024–2025–ஆம் ஆண்டுக்கான மணிமேகலை விருதுகளையும், விருதுத் தொகையாக ரூ.59 லட்சத்துக்கான காசோலைகளையும் வழங்கினோம்.மேலும், சென்னை, நேரு விளையாட்டு அரங்கில் நடைபெற்ற மாநில அளவிலான விளையாட்டு உள்ளிட்ட போட்டிகளில் வென்ற 20 குழுக்களுக்கு விருதுகள், சான்றிதழ்கள் மற்றும் பரிசுத் தொகையாக ரூ. 2.75 லட்சத்துக்கான காசோலைகளையும் வழங்கி வாழ்த்தினோம்.

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களைச் சேர்ந்த சகோதரிகள் தங்களின் தொழிலைப் பெருக்கித் தொழில் முனைவோர்களாக வளர வேண்டும் என்பது தான் நமது திராவிட மாடல் அரசின் லட்சியம். அதற்குத் தேவையான பயிற்சிகளை வழங்குதல், கடன், சந்தைப்படுத்துதல் போன்றவற்றில் நமது அரசு முனைப்பாகச் செயல்படுவதை நீங்கள் அறிவீர்கள்.இதன் ஒரு பகுதியாகத்தான், சுய உதவிக் குழுக்களின் தயாரிப்புப் பொருட்களுக்கான இணையத் தளத்தில் புதிதாக வடிவமைக்கப்பட்ட "மதி இலட்சினையை" (Logo) வெளியிட்டோம். உங்களுடைய தயாரிப்புப் பொருட்களின் தரத்தினால் இந்த இலட்சினைக்கான Brand Value சந்தையில் நிச்சயமாக உயரும் என்கிற நம்பிக்கை எனக்கு இருக்கிறது. ஒவ்வொரு மாவட்டத்துக்கும் சுற்றுப்பயணம் செல்லும் போது, சுய உதவிக் குழுக்களின் சகோதரிகளைச் சந்தித்துக் கலந்துரையாடுவது, வங்கிக் கடன் இணைப்புகளை வழங்குவதை வழக்கமாகக் கொண்டிருக்கிறோம்.

அந்த வகையில், கடந்த ஜூன் 16–ஆம் தேதி தேனி மாவட்டத்துக்குச் சென்ற போது, 71 மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு 8.02 கோடி ரூபாய்க்கான வங்கிக் கடன் இணைப்புகளை வழங்கினோம்.அதற்கு அடுத்த நாள், சிவகங்கை மாவட்டத்தில் 57 மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களைச் சேர்ந்த உறுப்பினர்களுக்கு, 5.07 கோடி ரூபாய்க்கான வங்கிக் கடன் இணைப்புகளை வழங்கி மகிழ்ந்தோம்.அதுமட்டுமல்ல, தேனி மாவட்டத்தில் 53 பழங்குடியின மக்களுக்குப் பட்டாக்களையும், அதில் கலைஞர் கனவு இல்லம் திட்டத்தில் வீடு கட்டிக் கொள்வதற்கான ஆணைகளையும் வழங்கினோம். அதனைப் பெற்றுக் கொண்ட சகோதரிகளின் முகங்களில் அவ்வளவு மகிழ்ச்சி!

தேனியில் ஓர் அரசு நிகழ்ச்சியில் பங்கேற்றிருந்தபோது, பார்கவி, ராஜேஸ்வரி, அபிதா பேகம், அம்ஜித் பேகம், சசிகலா ஆகிய ஐந்து சகோதரிகள் என்னைச் சந்தித்து அவர்களுக்கு முதலமைச்சரின் விரிவான மருத்துவக் காப்பீட்டுத் திட்ட அட்டை வேண்டும் என்று கோரிக்கை வைத்தனர்.அடுத்த ஒரு மணி நேரத்தில் அவர்களின் கோரிக்கையை நிறைவேற்றி, அவர்களுடைய கைகளில் காப்பீட்டுத் திட்ட அட்டைகளை வழங்கினோம். இவ்வளவு வேகத்தில் அவர்களுடைய கோரிக்கை நிறைவேறியது குறித்து மட்டற்ற மகிழ்ச்சியை நம்மிடம் வெளிப்படுத்தினார்கள்.

இப்படி ஆய்வுக்காகச் செல்கிற மாவட்டங்களில் எல்லாம் மகளிர் சுய உதவிக்குழு சகோதரிகளான உங்களைச் சந்தித்து உங்கள் வாழ்வில் மகிழ்ச்சியை விதைப்பது எனக்கு மனநிறைவைத் தருகிறது. உங்களின் மகிழ்ச்சி, உங்களுக்காக மேலும் மேலும் உழைக்க வேண்டும் என்கிற உத்வேகத்தைத் தருகிறது. எனது அடுத்த ஆய்வுப் பயணம் உங்கள் ஊரிலும் கூட இருக்கலாம். விரைவில் சந்திப்போம்!

அன்புடன்,

கர்ப்பிணிப் பெண்களைக் காக்கும் திட்டம்

தமிழ்நாடு அரசு பெண்களுக்காகப் பல்வேறு திட்டங்கள் அறிவித்துள்ளதை அறிவோம். அவை எல்லாம் சிறப்பாக செயல்பட்டு வருகின்றன. ஏழை கர்ப்பிணிப் பெண்கள் தங்களது கர்ப்பக் காலத்தில் தங்களுக்கு ஏற்படும் செலவுகளை சரி செய்வதற்காக தமிழ்நாடு அரசால் கொண்டுவரப்பட்ட ஓர் அருமையான திட்டம் தான் டாக்டர் முத்துலட்சுமி நினைவு மகப்பேறு நிதியுதவித் திட்டம்.

இத் திட்டத்தின் மூலம் தமிழ்நாடு முழுவதும் லட்சக் கணக்கான கர்ப்பிணிகள் பயனடைந்து வருகின்றனர். இது மக்களிடையே ஒரு வெற்றிகரமாக செயல்பட்டு வரும் திட்டம்.

டாக்டர் முத்துலட்சுமி நினைவு மகப்பேறு நிதியுதவித் திட்டம்.

இத்திட்டம் நகர்ப்புறம், கிராமப்புறங்களில் வசிக்கும் ஏழை கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு பேறு காலத்தின்போது ஏற்படும் வருவாய் இழப்பினை ஈடு செய்யவும், அவர்கள் சத்தான உணவுகளை உண்ண வழிவகை செய்யவும், பேறுகாலத்துக்கு முன், இரு மாதங்கள் - பின் இரு மாதங்கள் என மொத்தம் 4 மாதங்களுக்கு தலா ரூ.50 வீதம் மொத்தம் ரூ.200 வழங்க, மறைந்த முன்னாள் முதலமைச்சர் முத்தமிழறிஞர் கலைஞர் அவர்களால், கடந்த 02-05-1989 அன்று சட்டமன்றத்தில் 110 விதியின் கீழ் அறிவிக்கப்பட்டது. அதன்படி பயனாளிகளுக்கு நிதியுதவி வழங்கப்பட்டு வந்தது.

பெட்டகத்தில் இடம் பெற்றுள்ள பொருட்கள்

பேறு காலத்தில் ஊட்டச்சத்து பெட்டகம் 3 வது மற்றும் 6 வது மாதம் என இரு முறை வழங்கப்படுகிறது. அந்தப் பெட்டகத்தில் கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு ஊட்டச்சத்து மாவு – 1 கிலோ, இரும்புச் சத்து டானிக் 200 மிலி – 3, ஆவின் நெய் – 500 கிராம், உலர் பேரீச்சம்பழம் – 500 கிராம், அல்பெண்டாசோல் மாத்திரை – 3, பிளாஸ்டிக் கப் – 1, பக்கெட் – 1, கதர் துண்டு – 1 ஆகியவை இடம் பெற்றுள்ளன.

இதனைத் தொடர்ந்து, 1998ஆம் ஆண்டு திமுக ஆட்சியின்போது, இந்த நிதியுதவி 500 ரூபாயாக உயர்த்தி வழங்கப்பட்டது. பின்னர், கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உயர்த்தப்பட்ட டாக்டர் முத்துலட்சுமி நினைவு மகப்பேறு நிதியுதவித் திட்டத்தில் இப்போது 18 ஆயிரம் ரூபாய் வழங்கப்படுகிறது. இதில் ரூ.14 ஆயிரம் ரொக்கமாகவும் ரூ.4 ஆயிரம் மதிப்பிலான ஊட்டச்சத்துப் பெட்டகமும் வழங்கப்படுகின்றன.

பயன்பெறத் தேவையான தகுதிகள்

இத்திட்டத்தின் கீழ் பயன்பெற, பயனாளி 19 வயது நிரம்பியவராக இருக்க வேண்டும்.

வறுமைக் கோட்டிற்குகீழ் உள்ளவர்கள் மட்டுமே பயன்பெற முடியும்.

அரசு மருத்துவ நிலையங்களில் மட்டுமே பிரசவம் நடைபெற்றிருக்க வேண்டும்.
இந்த நிதிஉதவி இரண்டு பிரசவங்களுக்கு மட்டும் வழங்கப்படும்

தேவையான ஆவணங்கள்

- தாய்சேய் நல அட்டையின் நகல்
- இலங்கைத் தமிழர் எனில் புலம் பெயர்ந்தோர் சான்றிதழ் நகல்.
- உழவர் பாதுகாப்புத்திட்ட உறுப்பினராயின் அதற்கான அட்டையின் நகல்.
- வறுமைக் கோட்டிற்குட்பட்டவராக இருப்பதற்கான சான்றிதழ்.

உதவிகள் கிடைக்கும் மாதங்கள்!

- கர்ப்பமுற்ற மூன்றாவது மாதத்தில் கிராம நகர சுகாதார செவிலியரிடம் பதிவு செய்து பிக்மி PICME எண் பெற்றவுடன் 2 ஆயிரம் ரூபாய் மதிப்புள்ள ஊட்டச்சத்து பரிசு பெட்டகம் வழங்கப்படுகிறது.
- கர்ப்பத்தின் நான்காம் மாதம் நிறைவடைவதற்குள் கர்ப்பகால மற்றும் இரத்த பரிசோதனைகள் அரசு மருத்துவமனைகளில், ஆரம்ப சுகாதார நிலையங்களில் பதிவு செய்திருந்தால் 6 ஆயிரம் ரூபாய் முதல் தவணையாக வழங்கப்படுகிறது.
- கர்ப்பத்தின் ஆறாவது மாதத்தில் 2 ஆயிரம் ரூபாய் மதிப்புள்ள ஊட்டச்சத்து பரிசு பெட்டகம் வழங்கப்படும்.
- பிரசவித்த பிறகு இரண்டாவது தவணையாக 6 ஆயிரம் ரூபாய் வழங்கப்படுகிறது.
- பின்னர் குழந்தைக்கு ஆறு மாதம் முடிந்தவுடன் மூன்றாவது தவணையாக 2 ஆயிரம் ரூபாய் வழங்கப்படுகிறது.

தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் மேலாண்மை இயக்குநராக திருமதி. **ஆர். வி. ஷஜீவனா, இ.ஆ.ப.,** அவர்கள் 24.06.2025 அன்று பொறுப்பேற்றுள்ளார்.

எவ்வாறு விண்ணப்பிக்கலாம்?

இந்தத் திட்டத்தின் கீழ் விண்ணப்பிக்க விரும்பும் கர்ப்பிணிகள் உரிய ஆவணங்களுடன் அருகிலுள்ள அனைத்து ஆரம்ப சுகாதார நிலைய மருத்துவ அலுவலர்கள் மற்றும் அனைத்து கிராம நகர சுகாதார செவிலியர்கள் மூலம் விண்ணப்பிக்கலாம்.

தாய்மார்கள் கர்ப்பம் என தெரிந்தவுடன் 12 வாரத்திற்குள் கிராம மற்றும் நகர சுகாதார செவிலியரிடம் பதிவு செய்து RCH எண் பெற்று இருக்க வேண்டும். அல்லது 12 வாரத்திற்குள் முன் பதிவு செய்திருக்க வேண்டும்.

இதுவரை தமிழ்நாட்டில் இந்த திட்டத்தின் மூலம் லட்சக்கணக்கான கர்ப்பிணிகள் பயனடைந்திருப்பது குறிப்பிடத்தக்கது. இந்தத் திட்டத்தால் மகப்பேறு காலத்தில் கர்ப்பிணிகள் ஆரோக்கியமாக இருக்க மிகவும் உதவிகரமாக உள்ளது மட்டுமின்றி கர்ப்ப காலத்தில் ஊட்டச்சத்து நிறைந்த உணவுப் பொருட்களை உட்கொள்வதற்கும் குழந்தை பிறந்தவுடன் சத்தான உணவுப் பொருட்களை உட்கொள்வதற்கும் இந்த திட்டம் முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது.

இதனால் ஏழை கர்ப்பிணிகள் பண செலவு குறித்த எந்தவிதமான பயமும் இன்றி குழந்தையை மகிழ்ச்சியாக பெற்றெடுக்கின்றனர் என்றே கூறலாம். மகத்தான மகப்பேறு திட்டத்தின் மகிமை குறித்து நமக்குத் தெரிந்தவர்களுக்கும் எடுத்துக் கூறலாம்.

–புவனேஸ்வரி தீபன்

பிறர் நலனுக்கு முன்னுரிமை அளித்த மேரி கியூரி

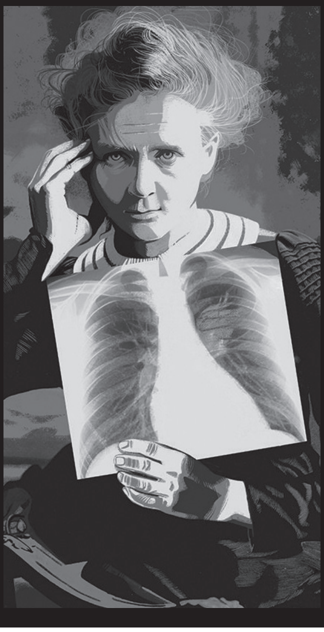
வரலாற்றில் என்றுமே பெண்களுக்கான பக்கங்கள் குறைத்தே ஒதுக்கப்பட்டுள்ளது. மறைக்கப்பட்ட (அ) முழுமையாக சொல்லப்படாத பலரின் வரலாற்றை உரக்கச் சொல்வோம்!

'**எனக்கு தெரிந்து, புகழ் வெளிச்சத்தால் சுரண்டப்படாத ஒரே நபர் மேரி கியூரிதான்**' மேற்காணும் கூற்றைச் சொன்னவர் ஆல்பர்ட் ஐன்ஸ்டைன். அவர் ஓர் உலகப் புகழ்பெற்ற விஞ்ஞானி, எத்தனையோ அறிஞர்கள், கவிஞர்கள், கல்வியாளர்களை அவருக்குத் தெரியும். ஆனால், மேரி கியூரியை அவர் இந்த அளவுக்கு பாராட்ட வேண்டிய அவசியம் என்ன, மேரி அப்படி என்ன செய்தார்?

கசப்பான கல்வி அனுபவம்

இயற்பியல், வேதியியல் துறையில் தனது பங்களிப்புக்காக நோபல் பரிசு பெற்றவர் மேரி கியூரி. அதுவரை ஆண்கள் மட்டுமே பெற்றுவந்த நோபல் பரிசைப் பெற்ற முதல் பெண்மணி என்ற பெருமையும் அவரையே சேரும்.

1867 நவம்பர் 7ஆம் தேதி ரஷ்ய ஆதிக்கத்தின் கீழ் இருந்த போலந்தில் பிறந்தவர் மேரி கியூரி. சிறு வயது முதலே கல்வியின்



மீது அதீத ஆர்வம் கொண்டிருந்தார் மேரி. அவரது ஆர்வத்துக்கு உதவ மேரியின் தந்தை தன்னால் இயன்றதைச் செய்தார். மேரிக்கு இயற்பியல், கணிதம் மிகவும் பிடித்த பாடங்கள்.

மேரியின் கல்வி ஆர்வத்துக்கு ரஷ்ய ஆதிக்கம் தடையாக இருந்தது. ரஷ்ய அதிகாரத்தின் கீழ் இயங்கிய பள்ளியில் பயின்ற அவருக்கு தாய் மொழி பேசும் உரிமை மறுக்கப்பட்டது. ரஷ்ய ஆசிரியர்கள் போலந்து குழந்தைகளிடம் கடுமையாக நடந்துகொண்டனர். இந்தக் கல்விச் சூழல் அவருக்கு கசப்பான அனுபவங்களைத் தந்ததோடு, சமூகம் குறித்து சிந்திக்கத் தூண்டியது.

கல்வியில் ஜனநாயகம்

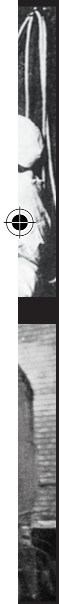
தனது உயர்கல்வியை பாரிஸில் கற்று வந்தார் மேரி. கூடவே, ஏழைக் குழந்தைகளுக்கு கற்பிப்பதை கடமையாகச் செய்து வந்தார். ஒவ்வொரு தனிநபரின் தலையெழுத்தை மாற்றாமல், சமூக மேம்பாடு சாத்தியமில்லை என மேரி நம்பினார்.

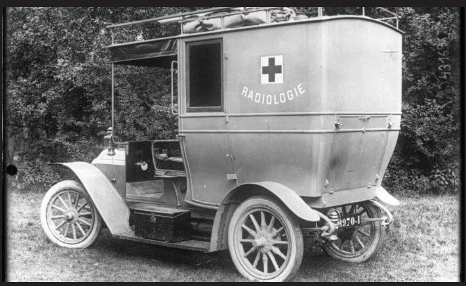
'மக்களை பெரிதாக அறிந்துகொள்ளத் தேவையில்லை, அவர்கள் சித்தாந்தம் மீது கவனமாய் இருங்கள்' என தெரிவித்த மேரி, கல்வியை ஜனநாயகப்படுத்த வேண்டும் என விரும்பினார்.

அனைவருக்கும் அனைத்தும் கிடைக்க வேண்டும் என விரும்பிய மேரி, நாம் ஒவ்வொருவரும் நம் சுய முன்னேற்றத்துக்காக உழைத்தாலும், பொதுநல வேட்கை அவசியமானது என்றார்.

பிறர் நலன் பேணுவதை கொள்கையாகக் கொண்ட மேரி, தன் கண்டுபிடிப்புகள் வாயிலாக லாபம் சம்பாதிக்க நினைத்ததில்லை. அதனால்தான் அவர் கண்டுபிடிப்புகளுக்கு காப்புரிமை கோரவில்லை.

1903 – இயற்பியல் 1911 இல் வேதியியல் என மேரி கியூரி இரண்டு முறை நோபல் பரிசு பெற்றார்





கதிரியக்க செயல்பாட்டுடன் கூடிய 20 வண்டிகளை வடிவமைத்து முதலாம் உலகப் போரின் போது காயமுற்ற வீரர்களுக்கு உதவினார். இந்தச் சேவைக்கு "Les petites Curie" என்று பெயர்.

தன் கண்டுபிடிப்புகள் வாயிலாக லாபம் சம்பாதிக்க நினைத்ததில்லை. அதனால் கண்டுபிடிப்புகளுக்கு காப்புரிமை கோரவில்லை

பெண் கல்வியின் அவசியம்

பெண் கல்வியின் அவசியத்தை உணர்த்தும் எடுத்துக்காட்டாய் வாழ்ந்தவர் மேரி. இயற்பியல் அறிஞர்கள் கூடும் சோல்வே கலந்தாய்வு கூட்டத்தில் அங்கம் வகித்த ஒரே பெண் இவர்தான். ரேடியம், பொலோனியம் கண்டுபிடிப்பில் தன் வாழ்க்கையைத் தொலைத்தவர் மேரி, அவருக்கு இந்தப் பயணத்தில் உறுதுணையாக இருந்தவர் அவரது கணவர் பியேர் கியூரி. ஆனால், பியேர் கியூரியின் உதவியாளர்தான் மேரி கியூரி என ஒரு கூட்டம் பகடி செய்து கொண்டிருந்தது.

மக்கள் நலன் காத்த மேரி

முதலாம் உலகப் போரின் போது கதிரியக்க செயல்பாட்டுடன் கூடிய 20 வண்டிகளை வடிவமைத்து போரில் காயமுற்ற வீரர்களுக்கு உதவினார். இந்தச் சேவைக்கு "Les petites Curie" என்று பெயர்.

போர் முடிவுற்ற பின் புற்றுநோய் சிகிச்சையில் ரேடியக் கதிர்களை பயன்படுத்தும் முயற்சியில் ஈடுபட்டார். பாரிஸ், வார்சா உள்ளிட்ட பல்வேறு நகரங்களில் அமைந்துள்ள ரேடிய ஆய்வு நிறுவனங்களுக்கு நிதி திரட்டும் பணியை மேற்கொண்டார்.

கதிரியக்க தனிமங்களில் தொடர் ஆராய்ச்சி மேற்கொண்டதால் அவர் உடல்நலம் பெரிதும் பாதிக்கப்பட்டது. மருத்துவ சிகிச்சை பெற்று வந்த அவர், 1934 ஜூலை 4ஆம் தேதி உயிரிழந்தார். புகழ்பெற்ற நபர்களைப் புதைக்கும் பாந்தியன் நினைவிடத்தில் புதைக்கப்பட்டார் மேரி.

அறிவை எல்லையற்று விரிவுபடுத்துங்கள். எதையும் பாரபட்சமின்றி ஆராயுங்கள். போர், அறியாமையை வீழ்த்தும் சக்தி அறிவியலுக்கும் அமைதிக்கும் உண்டு என நம்புபவர்கள் பக்கம் நில்லுங்கள் என்ற செய்தியை மேரி நமக்குச் சொல்லிவிட்டு சென்றிருக்கிறார். **–பாண்டியன்**

123 கோடி கடன் இணைப்பு! 35 அமைப்புகளுக்கு மணிமேகலை விருது!

கோலாகலமாக நடந்த 'சுய உதவிக் குழு தினக் கொண்டாட்டம்'

முத்தமிழறிஞர் கலைஞர் அவர்களால் 1989ஆம் ஆண்டு தர்மபுரி மாவட்டத்தில் பன்னாட்டு வேளாண்மை வளர்ச்சி நிதி (IFAD) உதவியுடன் வேளாண் சார்ந்த தொழில்களில் ஈடுபட்டிருந்த மகளிரைக் கொண்டு சுய உதவிக் குழுக்கள் அமைக்கப்பட்டன.

இத்திட்டம் வெற்றிகரமாக செயல்பட்டதன் காரணமாக "மகளிர் திட்டம்" என்ற பெயரில் அனைத்து மாவட்டங்களுக்கும் படிப்படியாக விரிவுபடுத்தப்பட்டது. தொடர்ந்து பிற மாநிலங்களிலும் சுய உதவிக் குழுக்கள் அமைக்கப்பட்டு, பெண்களின் வாழ்வாதார நடவடிக்கைகளுக்கு ஒரு முன்னோடி மற்றும் முதன்மை திட்டமாக விளங்கி வருகிறது.

பெண்களின் முன்னேற்றத்திற்காகவும், அவர்களின் பொருளாதார சுயசார்பிற்காகவும், மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்களின் தலைமையிலான அரசானது பல்வேறு நடவடிக்கைகளை மேற்கொண்டு வருகிறது.

மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்கள் தலைமையிலான அரசு அமைந்தது முதல் தற்போது வரை ஊரகம் மற்றும் நகரப் பகுதிகளில் 1 லட்சத்து 32 ஆயிரத்து 689 புதிய சுய உதவிக் குழுக்கள் அமைக்கப்பட்டுள்ளன.

சுய உதவிக் குழுக்களின் செயல்பாட்டை ஊக்குவித்திட கடந்த நான்காண்டுகளில் (2021 – 2025) 18 லட்சத்து 45 ஆயிரத்து 438 குழுக்களைச் சேர்ந்த 2 கோடியே 39 லட்சத்து 90 ஆயிரத்து 694 உறுப்பினர்களுக்கு 1 லட்சத்து 14 ஆயிரத்து 307.61 கோடி ரூபாய் வங்கிக் கடன் இணைப்புகள் வழங்கி சாதனை படைக்கப்பட்டுள்ளது.

முத்தமிழறிஞர்கலைஞர்அவர்களின் பிறந்த நாளான ஜூன் 3ஆம் நாளினை சுய உதவிக் குழுக்கள் தினமாகக் கொண்டாடும் வகையில், 11.06.2025 அன்று சென்னை, கலைவாணர் அரங்கத்தில் சுய உதவிக் குழுக்கள் தின நிகழ்ச்சி நடைபெற்றது. அந்நிகழ்ச்சியின் சிறப்பம்சங்கள்

மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்கள் தலைமையிலான அரசு அமைந்தது முதல் தற்போது வரை ஊரகம் மற்றும் நகரப் பகுதிகளில்

1.32 லட்சம்

புதிய சுய உதவிக் குழுக்கள் அமைக்கப்பட்டுள்ளன.

சுய உதவிக் குழுக்கள் தினம்

சுய உதவிக் குழு இயக்கத்தை முன்னெடுத்த முத்தமிழறிஞர் கலைஞர் அவர்களின் பிறந்த நாளான ஜூன் 3ஆம் தேதியினை சுய உதவிக் குழுக்கள் தினமாக கொண்டாடப்படும் என்று மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்கள் ஆணையிட்டதைத் தொடர்ந்து, ஆண்டுதோறும் ஜூன் 3ஆம் நாளானது சுய உதவிக் குழுக்கள் தினமாகக் கொண்டாடப்படுகிறது.

புதிதாக வடிவமைக்கப்பட்ட மதி இலட்சினையை வெளியிடுதல்

சுய உதவிக் குழு மகளிர் பல்வேறு பொருட்களைத் தரமான முறையில் தயாரித்து விற்பனை செய்து வருகின்றனர். இதன் காரணமாக அவர்கள் தயாரிக்கும் பொருட்கள் மக்களிடைய அதிக வரவேற்பினை பெற்றுள்ளன. சுய உதவிக் குழுக்களின் தயாரிப்புப் பொருட்களை அனைத்துத் தரப்பினரிடையேயும் கொண்டு செல்லும் வகையில் 'மதி' என்ற விளம்பர முத்திரையில் ஒரே குடையின் கீழ் கொண்டு வரப்பட்டு விற்பனை செய்யப்படுகின்றன. சுய உதவிக் குழுக்களின் தயாரிப்புப் பொருட்களுக்காக புதியதாக வடிவமைக்கப்பட்ட 'மதி இலட்சினை' மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் அவர்கள் வெளியிட்டார்.

தரமான பொருட்கள்

சுய உதவிக் குழு மகளிர் தயாரிக்கும் பொருட்கள் அனைத்துத் தரப்பினராலும் விரும்பப்படும் வகையில், தரமாகவும், நியாயமான விலையிலும் உள்ளது. மக்களின் உடல் நலத்தைக் காக்கும் வகையில் சுய உதவிக் குழுக்களால் பாரம்பரியமான முறையில் தயாரிக்கப்படும் செக்கு கடலை எண்ணெயினை மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் அவர்கள் அறிமுகப்படுத்தினார்.

புகைப்படங்கள்: பொன் காசிராஜன்

இவ்விழாவில், மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் திரு. உதயநிதி ஸ்டாலின், மாண்புமிகு இந்து சமயம் மற்றும் அறநிலையத் துறை அமைச்சர் திரு. பி.கே. சேகர்பாபு, பெருநகர சென்னை மாநகராட்சி மேயர் திருமதி ஆர். பிரியா, நாடாளுமன்ற உறுப்பினர் திரு. தயாநிதி மாறன், ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை கூடுதல் தலைமைச் செயலாளர் திரு. ககன்தீப் சிங் பேடி, இ.ஆ.ப., தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் மேலாண்மை இயக்குநர் திருமதி ஸ்ரேயா பி சிங், இ.ஆ.ப., மகளிர் சுய உதவிக்குழு உறுப்பினர்கள் திருமதி. கே. விஜயலட்சுமி, திருமதி. எஸ். சரண்யா மற்றும் அரசு உயர் அலுவலர்கள், சுய உதவிக் குழு மகளிர் கலந்து கொண்டனர்.

கடந்த நான்காண்டுகளில் 18.45 லட்சம் குழுக்களைச் சேர்ந்த 2.39 கோடி உறுப்பினர்களுக்கு 1.14 லட்சம் கோடி ரூபாய் வங்கிக் கடன் இணைப்புகள் வழங்கி சாதனை.

மணிமேகலை விருதுகள்

முத்தமிழறிஞர் கலைஞர் அவர்கள், சிறப்பாக செயல்பட கூடிய சமுதாயம் சார்ந்த நிறுவனங்களான சுய உதவிக் குழுக்கள், கிராம வறுமை ஒழிப்பு சங்கம், ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு, வட்டார அளவிலான கூட்டமைப்புகள், பகுதி அளவிலான கூட்டமைப்புகள், நகர்ப்புற

அளவிலான கூட்டமைப்புகள் ஆகியவற்றின் செயல்பாடுகளை ஊக்குவிக்கும் வண்ணம் விருதுகள் வழங்கப்படும் என அறிவித்து, அந்த விருதுகளுக்கு "மணிமேகலை விருதுகள்" என்றும் பெயரிட்டார்.

2021-22 ஆம் ஆண்டு மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்கள் ஆட்சிப் பொறுப்பேற்றவுடன் மணிமேகலை விருது மீண்டும் வழங்கப்படும் என்று அறிவித்ததைத் தொடர்ந்து, 29.12.2022 அன்று மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்களால் மணிமேகலை விருதுகள் வழங்கப்பட்டதைத் தொடர்ந்து, 2022-23, 2023-24 ஆகிய ஆண்டுகளுக்கான மணிமேகலை விருதுகள் வழங்கப்பட்டன.

மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் அவர்கள், 2024-2025ஆம் ஆண்டுக்கான மணிமேகலை விருதுகளை, 20 சுய உதவிக் குழுக்கள், 5 ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்புகள், 5 கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கங்கள், 4 பகுதி அளவிலான கூட்டமைப்புகள், 1 வட்டார அளவிலான கூட்டமைப்பு மற்றும் 1 நகர அளவிலான கூட்டமைப்பு என மொத்தம் 35 சமுதாயம் சார்ந்த அமைப்புகளுக்கு வழங்கியுள்ளார்.

இவ்விருதுகள் சுய உதவிக் குழுக்கள் மற்றும் ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்புகளை மேன்மேலும் சிறப்பாக செயல்பட ஊக்குவிக்கும் விதமாக அமைத்துள்ளன.

வங்கிக் கடன் இணைப்பு

வங்கிக் கடன் இணைப்பு திட்டம் மகளிர் சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்களின் நுகர்வு மற்றும் வாழ்வாதார செயல்பாடுகளுக்கான தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்து வருகிறது. இந்தியாவிலேயே, முதன் முறையாக மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு வங்கி கடன் வழங்குவதற்கான கடன் இலக்கு நிர்ணயிக்கும் முறை 2007-08ஆம் ஆண்டு வங்கியாளர் கூட்டத்தில் தமிழ்நாடு அரசால் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு 2025-2026ஆம் நிதியாண்டில் 37 ஆயிரம் கோடி ரூபாய் வங்கிக் கடன் இணைப்பு வழங்கப்படும் என நடந்து முடிந்த சட்டமன்றக் கூட்டத் தொடரில் மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்கள் அறிவித்திருந்தார். தமிழ்நாடு முழுவதும் 33 ஆயிரத்து 312 சுய உதவிக் குழுக்களைச் சேர்ந்த 3 லட்சத்து 76 ஆயிரத்து 443 உறுப்பினர்களுக்கு 3 ஆயிரத்து 134.21

கோடி ரூபாய் வங்கிக் கடன் இணைப்பு வழங்குவதை துவக்கி வைக்கும் வகையில், சென்னையில் செயல்படும் 1,401 சுய உதவிக் குழுக்களைச் சேர்ந்த 14 ஆயிரத்து 83 உறுப்பினர்களுக்கு 123.65 கோடி ரூபாய்க்கான வங்கிக் கடன் இணைப்புகளை வழங்கினார்.

பன்முக கலாச்சாரப் போட்டிகள் ஊராட்சி/வட்டாரம்/மாவட்டம் மற்றும் 8 மண்டல அளவில் நடத்தி முடிக்கப்பட்டன. குறிப்பாக கால்பந்து, கோகோ, கபடி போன்ற போட்டிகள் முதன்முறையாக சுய உதவிக் குழு மகளிரிடையே நடத்தி முடிக்கப்பட்டது.

மாநில அளவிலான பன்முகக் கலாச்சாரப் போட்டிகளில் வெற்றி பெற்றவர்களுக்கு விருதுகள், சான்றிதழ்கள் மற்றும் ஊக்கத் தொகை வழங்குதல்

சுய உதவிக் குழு மகளிரின் பொருளாதார வளர்ச்சியை மட்டும் கருத்தில் கொள்ளாமல், அவர்களின் மன வளத்தையும், உடல் உறுதியையும் மேம்படுத்தவும், ஒற்றுமையை வளர்த்திடவும், சுகாதாரத்தினை பேணி காக்கும் வகையிலும் கலாச்சாரப் போட்டிகளை நடத்திட வேண்டுமென்று மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் அவர்கள் அறிவுறுத்தியிருந்தார்கள்.

அதனைத் தொடர்ந்து, கால்பந்து, கோகோ, கபடி, குழுக் கோலம் (ரங்கோலி) மற்றும் கயிறு இழுத்தல் ஆகிய பன்முக கலாச்சாரப் போட்டிகள் ஊராட்சி/வட்டாரம்/மாவட்டம் மற்றும் 8 மண்டல அளவில் நடத்தி முடிக்கப்பட்டன. குறிப்பாக கால்பந்து, கோகோ, கபடி போன்ற போட்டிகள் முதன்முறையாக சுய உதவிக் குழு மகளிரிடையே நடத்தப்பட்டது.

அதன் தொடர்ச்சியாக மாவட்ட / மண்டல அளவிலான பன்முகக் கலாச்சாரப் போட்டிகளில் வெற்றி பெற்ற 24 மாவட்டங்களைச் சேர்ந்த 39 சுய உதவிக் குழுக்களில் உள்ள 400 மகளிர் பங்கு பெறும் கால்பந்து, கோகோ, கபடி, குழுக் கோலம் (ரங்கோலி) மற்றும் கயிறு இழுத்தல் ஆகிய போட்டிகளைக் கொண்ட மாநில அளவிலான முதல் பன்முகக் கலாச்சாரப் போட்டிகளை 09.04.2025 அன்று சென்னை, நேரு பூங்காவில் உள்ள மாவட்ட விளையாட்டு வளாகத்தில் மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் அவர்கள் தொடங்கி வைத்தார்கள்.

அந்தப் போட்டிகளில் வெற்றி பெற்ற 20 குழுக்களுக்கு விருதுகள், 184 நபர்களுக்கு சான்றிதழ்கள் மற்றும் 20 நபர்களுக்கு பரிசுத் தொகை போன்றவை மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் அவர்களால் 11.06.2025 அன்று நடைபெற்ற விழாவில் வழங்கப்பட்டது.

சுய உதவிக் குழுக்களின் தயாரிப்புப் பொருட்களுக்காக புதியதாக வடிவமைக்கப்பட்ட 'மதி இலச்சினை' மாண்புமிகு தமிழ்நாடு துணை முதலமைச்சர் அவர்கள் வெளியிட்டார்.

சாதிக்கும் ஆசையே உந்தித் தள்ளுகிறது

சுபிக்ஷா சுய உதவிக் குழு, மயிலாடுதுறை மாவட்டம் கொள்ளிடம் பகுதியில் 2012 ஆம் ஆண்டு முதல் 12 உறுப்பினர்களோடு வெற்றிகரமாகச் செயல்பட்டுவருகிறது. முற்றம் இதழுக்காக அக்குழு உறுப்பினர்களுடன் உரையாடினோம்.

"என் பெயர் உஷாராணி, சுபிக்ஷா சுய உதவிக் குழுவின் ஊக்குநராக இருக்கிறேன். நாங்கள் குழுவைத் தொடங்கி, இந்த மாசத்துடன் 13 ஆண்டுகள் நிறைவாகிறது. எனக்கு இரண்டு ஆண் குழந்தைகள் தான், ஒரு பெண் குழந்தை இல்லையே என்கிற ஏக்கத்தை இக்குழுத் தான் தீர்த்து வைத்தது. அதனால் தான், இக்குழுவிற்கு சுபிக்ஷா என்று பெயரிட்டேன்." என்று நம்மிடம் பேசத் தொடங்கினார் ஊக்குநர் உஷா.

மேலும் தொடந்த அவர், "நாங்கள் அனைவரும் வெவ்வேறு காரணங்களுக்காக இந்தக் குழுவில் இணைந்துள்ளோம். ஒரு சிலருக்கு சுய தொழில் தொடங்க ஆசை, கந்துவட்டித் தொல்லையில் இருந்து மீண்டு நிம்மதியான வாழ்வை வாழ ஆசை, வீட்டின் பொருளாதாரத்தில் பங்களிக்க ஆசை என்று பட்டியலிட்டுக் கொண்டே செல்லலாம். இவை அனைத்திற்கும் மேலாக ஓர் ஆசை உள்ளது. அதுதான் வாழ்வில் சாதிக்க வேண்டும் என்கிற ஆசை. எங்களைப் போன்ற பல சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்களுக்கும் இந்த ஆசை இருக்கும். இந்த ஆசையே எங்களை இத்தனை நாட்கள் முன்னேற உந்தித் தள்ளுகிறது." என்று உஷாராணி விவரித்தார்.

அவர் சொன்னதை ஆமோதித்த வினோதினி, தனது கருத்தை எடுத்துரைக்கத் தொடங்கினார். "சமீபத்தில் எனது கணவர் உடல்நலக் குறைவால் இறந்துவிட்டார். நான் சொந்தமாக அழகு நிலையம் வைத்திருக்கிறேன். தனியொரு ஆளாக எனது மகன் மற்றும் என் அம்மாவைப் பார்த்துக்கொள்ளும் சூழலில் இக்குழு கொடுத்த தைரியம் தான் என்னை வழி நட த்துகிறது" என்கிறார்.

கொள்ளிடத்தில் இருந்து கேரளா வரை

குழுவின் உறுப்பினர் நந்தினி நம்மிடம் பேசுகையில், "நான் தையல் தொழில் செய்கிறேன். இது சிறு வயதிலேயே கற்ற திறன்தான். ஆனால், குடும்ப வேலைகளுக்கு மத்தியில் அதைப் பயன்படுத்த இயலவில்லை. குழுவில் சேர்ந்தபோது சுயமாகத் தையல் தொழில் தொடங்க முடிந்தது. மாதம் ரூ.100 சேமிப்போடு இந்தப் பயணத்தைத் தொடங்கினோம். இன்று ரூ.300 சேமிக்கிறோம். தலைக்கு ரூ.70 ஆயிரம் என்று ரூ.8 லட்சத்து 40 ஆயிரம் வெளிகடனாகப் பெற்றுள்ளோம். ரூ.20 ஆயிரம் உள்கடனாக வழங்கப்படுகிறது. தொடக்கத்தில் எங்கள் தேவைகளுக்காகக் குடும்பங்களைச் சார்ந்து இருந்தோம். ஆனால், இன்று 1 லட்ச ரூபாய் கடன் பெற்றுத் தொழில் செய்யும் நிலைக்கு முன்னேறியுள்ளோம். எங்களின் பயணத்தை நினைத்தால் மலைப்பாக உள்ளது." என்று பெருமிதமடைகிறார் நந்தினி.

எங்கள் தேவைகளுக்காகக் குடும்பங்களைச் சார்ந்து இருந்தோம். இன்று, 1 லட்ச ரூபாய் கடன் பெற்றுத் தொழில் செய்யும் நிலைக்கு முன்னேறியுள்ளோம்.

அவர் பேசியதும் உஷா பேச ஆரம்பித்தார், "உண்மை தான், குழுவைத் தொடங்குவதற்கு முன்பெல்லாம், வீட்டைத் தாண்டிச் சென்றதில்லை. நான் மூலிகை எண்ணெய் பயன்படுத்திக் குளியல் கட்டி (சோப்) தயாரிக்கிறேன். இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு முன்பு வரை, நானே தயாரித்து நானே பயன்படுத்திக் கொண்டிருந்தேன். முதன்முதலில் எங்கள் குழு உறுப்பினர்கள் அதைப் பயன்படுத்திவிட்டு, பிறரிடம் பரிந்துரைத்தார்கள். அதன் பிறகு தான் இது தொழிலாக உருவெடுத்தது.

அப்படியே படிப்படியாக வளர்ந்து, விற்பனைக்குத் தேவையான தரச் சான்றிதழ் வாங்கினேன். மாவட்ட ஆட்சியர் அலுவலகத்தில், அரசு வணிக வளாகத்தில் விற்பனைச் செய்தல் என்று என்னுடைய தொழில் விரிவடைந்து கொண்டே சென்றது.

பணத் தேவைக்காக யாரையும் சாராமல் சொந்தக் காலில் நிற்க இந்தக் குழுவே ஊன்றுகோலாக இருக்கிறது.

மனநிறைவாக இருக்கும், அதில் என்னுடைய பங்கும் இருக்கிறது என்று நினைக்க மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறது." என்று வினோதினி கூறினார்.

"எங்களைப் பற்றி நினைக்கையில் எனக்கு ஒரு பாடல்வரி நினைவிற்கு வரும். 'எதையும் தாங்கும் இதயம் இருந்தால் இறுதி வரைக்கும் அமைதி இருக்கும்' என்று கண்ணதாசன் எழுதியது போல, குடும்பப் பிரச்சனை, பொருளாதார சிக்கலென எதையும் தாண்டி நாங்கள் முன்னேறியதால்தான் இன்று அமைதியான ஒரு வாழ்வை நோக்கி நகர முடிந்துள்ளது." என்கிறார் உறுப்பினர் நந்தினி.

"13 ஆண்டுகளின் தொடர் உழைப்பு, 2.61 லட்ச ரூபாய்

13 ஆண்டுகள் தொடர் உழைப்பால், 2.61 லட்ச ரூபாய் சேமிப்பால், ஊருக்குள் நாங்கள் செய்த பணிகளால், 'மணிமேகலை விருது' பெற்றுள்ளோம்.

இன்று என்னுடைய குளியல் கட்டி தொழிலால் பிற மாவட்டங்கள் மட்டுமின்றி கேரளா உட்பட பிற மாநிலங்களுக்கும் பயணிக்கிறேன். யூடியூப், இன்ஸ்டாகிராம் பக்கங்களில் இருந்து என்னை பேட்டி எடுக்கிறார்கள். இது என் தொழிலுக்கும் எங்கள் உழைப்பிற்கும் கிடைத்த வெற்றி தானே!" என்று மகிழ்ச்சி ததும்ப பேசினார்.

எதையும் தாங்கும் இதயம் இருந்தால்...

"எங்கள் குழுவின் சிறப்பம்சமே 'அது அவரின் தொழில், இது இவரின் தொழில்' என்று பேதம் இருக்காது. உஷா அக்காவின் குளியல் கட்டியை நாங்கள் தெரிந்தவர்களுக்குப் பரிந்துரைப்பது போல், பிற உறுப்பினர்களின் வீட்டுச் சுபநிகழ்ச்சிகளில் ஒப்பனைச் செய்யவதற்காக என்னை அழைப்பார்கள். எங்களுக்காக நாங்கள் தான் இருக்கிறோம், எத்தனையோ இன்னல்களை வாழ்க்கையில் சந்தித்துள்ளோம். எங்கள் குழுவில் உள்ள ஒருவர் முன்னேறுவதைப் பார்க்கவே

சேமிப்பு, எங்கள் ஊரின் நீர் மேலாண்மைக்கு உதவுவது என்று ஊருக்குள் நாங்கள் செய்தப் பணிகளால், இன்று மாநில விருதான 'மணிமேகலை விருது' பெற்றுள்ளோம். எங்களைப் போன்று பிற பெண்களும் சுய உதவிக் குழுவில் சேர்ந்து முன்னேற வேண்டும்.

சுய உதவிக் குழுக்கள் பெண்களுக்கான ஒரு சிறந்த ஆயுதம். சுய தொழில் செய்ய, தன்னம்பிக்கை வளர்க்க, காசு பணத் தேவைக்காக யாரையும் சாராமல் சொந்தக் காலில் நிற்க இந்தக் குழுவே ஊன்றுகோலாக இருக்கிறது.

எங்களுக்கு விருதை வழங்கிய மாண்புமிகு துணை முதலமைச்சர் உதயநிதி ஸ்டாலின் அவர்களுக்கு, சுபிக்ஷா குழுவின் சார்பாக நன்றி சொல்ல விரும்புகிறோம்."

'தன் கையே தனக்குதவி' என்பது நாம் அறிந்த பழமொழி, அதை சாத்தியமாக்கிக் கொண்டிருக்கும் சுய உதவிக் குழுவின் கதைகள் ஏராளம். அடுத்த இதழில் புதிய குழுவோடு சந்திப்போம்!

– ப.க. புகழ்ச்செல்வி

இன்ஸ்டாகிராம் அனலிட்டிக்ஸ்: உங்கள் வெற்றியின் வரைபடம்

இன்ஸ்டாகிராமில் ரீல்ஸ் உருவாக்கும் சிறப்பான வழிகளை முன்னர் பார்த்தோம். இப்போது அந்த ரீல்ஸின் செயல்பாட்டைப் பகுப்பாய்ந்து கையாளும் வழிமுறையைப் பார்ப்போம். ஒரு ரீல்ஸை பதிவிட்ட பின், "நாம் திட்டமிட்டபடி அவை சரியான நபர்களைச் சென்று சேர்கிறதா? அப்படிச் சேராவிடில் என்ன செய்யலாம்?" என்று அறிந்து கொள்ளவும் வாய்ப்புகள் உண்டு. அந்த வசதிக்கு 'இன்ஸ்டாகிராம் அனலிட்டிக்ஸ்' என்று பெயர். அனலிட்டிக்ஸ் என்ற வார்த்தைக்கு ஆய்வுசெய்தல் என்று பொருள் கொள்ளலாம்.

அனலிட்டிக்ஸ் – ஓர் எளிய அறிமுகம்.

நாம் பதிவிடும் ரீல்ஸ் மட்டுமல்ல, படங்கள், காணொளிகள் உள்ளிட்டப் பதிவுகள் அனைத்தையும் ஆதி முதல் அந்தம் வரை கண்காணிக்கவும் ஆய்வு செய்யவும் பயன்படும் வசதிதான் அனலிட்டிக்ஸ். இதன் மூலம் நம் பதிவின் பரவல் (Reach), விருப்பங்கள் (likes), பின்னூட்டக் கருத்துகள் (comments) மற்றும் பகிர்வுகள் (Shares) உள்ளிட்டவற்றைத் துல்லியமாக அறிந்துகொள்ள முடியும்.

அதுமட்டுமன்றி, எவ்வளவு நேரம், எந்த இடத்தினர், என்ன வயதினர், பயன்படுத்துவது செல்பேசியா? கணினியா? ஒரு ரீல்ஸ் பயனர் விரும்பும்படி உள்ளதா, இல்லையா என அனைத்து தகவல்களையும் தரவுகளுடன் நமக்கு உணர்த்தவல்லது இந்த ஆய்வு.

சரி. தொடங்கலாமா!

உங்கள் ரீல்ஸின் கீழே இருக்கும் 'View Insights' எனும் பொத்தானை (button) அழுத்தினால், நம்முன் வரும் தரவுகள் இவைதான்.

பார்வையாளர்களைச் சென்றடைதல் (reach)

உங்கள் ரீல்ஸை எத்தனை பயனர்கள் பார்த்துள்ளனர் என்ற விவரம் இது. அத்துடன், இவ்வளவு பார்வைகளுக்கான காரணம் என்ன என்று இதன் மூலம் உணர்ந்தறியலாம். உதாரணமாக,

உங்கள் ரீல்ஸின் முகப்புப் படம் (cover photo), விளக்கக் குறிப்பு (caption), தொடக்கக் காட்சி (Hook) என எது அவர்களைக் கவர்ந்தது (அ) எது அவர்களைக் கவரவில்லை என்று முந்தைய பதிவுகளுடன் ஒப்பிட்டு இதன் மூலம் புரிந்துகொள்ள முடியும்.

உங்கள் பக்கத்திற்கு ஏற்ற பார்வையாளர்கள் (Target Audience) யார் என்று தெரிந்து, அவர்களுக்கு ஏற்பப் பதிவிட்டால் அதிகப்படியான பார்வைகளைச் சென்றடையலாம்.

ஈடுபாடு (Engagement)

நம் பதிவை பார்த்துவிட்டு கடந்து செல்லாமல், பார்வையாளர் அதன்மீது ஒரு குறிப்பிட்டச் செயலில் ஈடுபட்டால் (Likes, Comments, Shares, Saves) அவற்றை மொத்தமாக ஈடுபாடு (Engagement) என்று குறிப்பிடுகிறோம். அதிகமான ஈடுபாடு, அதிகமான பயனர்களை ஈர்த்ததற்குச் சான்று.

எந்த ஒரு பதிவிலும் பயனரை ஈடுபட வைக்கும் விதமான Call to Action (CTA) இருப்பது அவசியம். உதாரணமாக, 'Like', 'Comment', 'Share பண்ணுங்க.' போன்றவை.

விளக்கக் குறிப்பு (Caption) பகுதியிலும் CTA வைக்க முடியும். மேலும், வீடியோவில் Poll Sticker, Quiz Sticker போன்றவற்றின் மூலமும் ஈடுபாட்டை அதிகரிக்கலாம்.

பார்க்கும் நேரம் (Watch Time)

குறிப்பிட்ட ரீல்ஸ்/காணொளியை 'பார்வையாளர்கள் சராசரியாக எவ்வளவு பேர் எவ்வளவு நேரம் பார்த்துள்ளனர்? எந்த நொடியில் அதிகம்பேர் வெளியேறியுள்ளனர்?' உள்ளிட்ட தகவல்களை இந்தப் பகுதியில் அறிந்து கொள்ள முடியும். பார்க்கும் நேரம் குறைவாக இருந்தால், அதற்கேற்ப அடுத்தடுத்த காணொளிகளில் மாற்றங்கள் அவசியம். உங்கள் பக்கத்துக்கு ஏற்ற பார்வையாளர்கள் விரும்பும் தொடக்கக்காட்சி என்ன என்பதைக் கண்டறியுங்கள்.

ரீல்ஸின் முதல் 3 நொடிகள் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தவை. InVideo அல்லது CapCut போன்ற செயலிகள் இதற்கேற்ற சிறப்பான காட்சிகளை உருவாக்க உதவும்.

பதிவைச் சேமித்தல் (Saves)

பயனர்கள் உங்கள் வீடியோவை சேமித்து வைத்திருக்கிறார்களா என்பதை

இது காட்டும். பார்வையாளருக்குப் பயன்படுகிற காணொளியை நாம் உருவாக்கியுள்ளோம் என்று இதிலிருந்து புரிந்துக் கொள்ளலாம். பெரும்பாலும், 'செய்முறை விளக்கங்கள், தகவல் தொகுப்புகள், தீர்வுகள் ஆகியவற்றைக் கொண்ட காணொளிகள் அதிகம் சேமித்து வைக்கப்படுகின்றன.

உதாரணம்: 'உங்கள் சுயதொழிலுக்கு விளம்பரப் பதாகை (Banner) வடிவமைப்பது எப்படி?' '30 நொடிகளில் வியாபாரத்தின் பெயரை எப்படிப் பதிவு செய்வது?' என்று இருக்கும் ரீல்ஸ் சேமித்து வைக்கப்படலாம்.

பயனர்களின் செயல்பாடு (Follower Activity)

ஒரு நாளில் உங்கள் பார்வையாளர்கள் எப்போது இன்ஸ்டாகிராம் அதிகம் பயன்படுத்துகின்றனர் என்பதைப் பார்க்க ' Most Active Time' பகுதி உதவும். இதன் மூலம், உங்கள் பயனர்கள் அதிகம் இருக்கும் நேரத்தில் நீங்கள் பதிவுகளை வெளியிட திட்டமிடலாம்.

அனலிட்டிக்ஸ் தரும் தரவுகளைப் பயன்படுத்தி, நம் பதிவுகளை மேம்படுத்தலாம்.

ஒரு பதிவுக்கு நல்ல கேப்ஷனும், ஹேஷ்டேகுகளும் அவசியம். அதன் வேறுபாட்டைப் புரிந்து கொண்டால், அனலிட்டிக்ஸ் முடிவுகளைப் பொறுத்து எதை மாற்ற வேண்டும் என்பதில் கவனம் செலுத்த முடியும்.

ஒரு நாளில் உங்கள் பார்வையாளர்கள் எப்போது இன்ஸ்டாகிராம் அதிகம் பயன்படுத்துகின்றனர் என்பதைப் பார்க்க 'Most Active Time' பகுதி உதவும்

உதாரணம்: ஒரு நகரத்தில் உள்ள தோல் மற்றும் முடி பராமரிப்பு (Skin & Hair Clinic) நிறுவனம், ஒரு 15 நொடிக்கான ரீல்ஸ் ஒன்றை வெளியிடுகிறது. இதனை PRPTreatment என்று சொல்கின்றனர்.

தொடக்கக்காட்சி: முடிகளின் வேர்வரை காட்டும் நுண்ணோக்கி காட்சி.

காணொளி வரிகள்: 'இது உங்கள் முடி உதிர்வை 3 வாரங்களில் கட்டுப்படுத்தும்'

-இந்தப் பதிவு 32 ஆயிரம் பார்வைகள், பார்வை நேரம் சராசரியாக 3.5 நொடிகள், 130 சேமிப்புகள் என்று அனலிட்டிக்ஸ் தெரிவிக்கிறது என்று கொள்வோம்.

இப்போது இந்தத் தரவுகளின் அடிப்படையில், அதே வீடியோவில் கீழ்க்கண்ட மாற்றங்களைச் செய்வோம். அத்துடன் 3 முதல் 5 க்கு மிகாமல், தேவையான ஹேஷ்டேகுகள் சேர்க்கலாம்.

இப்போது அதே வீடியோவில்

புதிய விளக்கக்குறிப்பு: 'PRP சிகிச்சை பற்றிக் கேள்விகள் உள்ளதா?' என்றோ 'நீங்க PRP சிகிச்சை எடுத்திருக்கீங்களா? கீழே Comment பண்ணுங்க' என்பார்கள்

புதிய ஹேஷ்டேகுகள்: #HairCareIndia #ScalpHealthTips #PRPTreatment

தளம்: முகப்புப்படம்: சிகிச்சைக்குப் பின் சிரித்தபடி ஒரு நபர்

இப்போது அதே பதிவு. 61 ஆயிரம் பார்வைகள், 290 சேமிப்புகள், சராசரி பார்வை நேரம் 6.7 நொடிகள்.

இப்படியாக அனலிட்டிக்ஸ் தரவுகளைக் கொண்டு தேவையான மாற்றங்கள் செய்யலாம்.

- Reach குறைந்தால், Hook-ஐ மாற்றுங்கள்
- Engagement குறைந்தால், CTA வைக்க மறவாதீர்கள்
- Watch Time குறைந்தால், தொடக்கம் வேறுபடச் செய்யுங்கள் அதிக Saves பெற, பயனுள்ள குறுந்தகவல்களை உருவாக்குங்கள்.

அனலிட்டிக்ஸ் பகுதியில் கிடைக்கும் தகவல்கள் நாம் வெளியிட்ட உள்ளடக்கங்களின் அடிப்படையில் மட்டுமே உருவாக்கப்படுபவை. தெளிவாகப் புரிந்து கொண்டு நேர்த்தியாகத் திட்டமிட்டால் இன்ஸ்டாகிராமில் வெற்றி நிச்சயம்.

– ஹரிஹரன் ஈ கா செ

மாட்டு சாணத்திலிருந்து மதிப்புக்கூட்டல்:

இயற்கையுடன் கைகோர்ப்போம்

இன்றைய காலகட்டத்தில் சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்பு மற்றும் இயற்கை சார்ந்த வாழ்க்கை முறை குறித்த விழிப்புணர்வு அதிகரித்து வருகிறது. மாட்டு சாணம் போன்ற எளிதில் கிடைக்கும் இயற்கை வளங்களை பயன்படுத்தி வருமானம் ஈட்டுவது ஒரு நல்ல தொழில் வாய்ப்பாக உருவெடுத்துள்ளது. இந்த சாணத்தை வைத்து தரமான பஞ்சகவ்ய விளக்குகள் தயாரித்து நல்ல வருமானம் ஈட்ட முடியும்.

பஞ்சகவ்ய விளக்கு – சுற்றுச்சூழல் நட்பு தீர்வு

பஞ்சகவ்ய விளக்கு என்பது மாட்டு சாணம், தயிர், நெய், பால், கோமியம் ஆகியவற்றை பயன்படுத்தி தயாரிக்கப்படும் இயற்கை விளக்கு. இந்த விளக்குகள் எரியும் போது புகையை வெளியேற்றாது, காற்றை மாசுபடுத்தாது. பெட்ரோலியம் பொருட்களிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் மெழுகுவர்த்திகளுக்கு மாற்றாக இற்றை முன் வைக்கிறார்கள்.

முதலீடும் வருமானமும் – நம்பமுடியாத லாபம்

இந்த தொழிலின் மிகப்பெரிய நன்மை என்னவென்றால் குறைந்த முதலீட்டில் அதிக லாபம் பெற முடியும். விளக்கு தயாரிக்கும் இயந்திரம் வெறும் ரூ.7 ஆயிரம் மட்டுமே. இதில் ஒரு நேரத்தில் ஒரு விளக்கு தயாரிக்கலாம், அதிக விளக்குகளை தயாரிக்கும் இயந்திரமும் சந்தையில் கிடைக்கிறது. மூலப்பொருட்களான மாட்டு சாணம் இலவசமாகவே கிடைக்கும். தயிர், நெய், பால், கோமியம் ஆகியவற்றிற்கு மாதம் சுமார் ரூ.2 ஆயிரம் முதல் 3 ஆயிரம் வரை செலவாகும். கால் கிலோ சாணப்பொடியிலிருந்து சுமார் 35 விளக்குகள் வரை தயாரிக்கலாம். ஒரு விளக்கை சந்தையில் ரூ.10 முதல் 15 வரை விற்க முடியும். மாதம் ஆயிரம் முதல் ஆயிரத்தி ஐநூறு விளக்குகள் வரை தயாரித்து விற்க முடியும். இதன் மூலம் மாதம் ரூ.10 ஆயிரம் முதல் 22 ஆயிரம் வரை வருமானம் கிடைக்கும். செலவுகளை கழித்தால் ரூ.7 ஆயிரம் முதல் 18 ஆயிரம் வரை நிகர லாபம் கிடைக்கும்.

சந்தை வாய்ப்புகள் – வளர்ந்து வரும் தேவை

பஞ்சகவ்ய விளக்குகளுக்கு இன்று பெரும் தேவை உள்ளது. கோயில்கள், ஆன்மீக நிறுவனங்கள், யோகா மையங்கள், இயற்கை சிகிச்சை மையங்கள் போன்ற இடங்களில் இந்த விளக்குகளுக்கு நல்ல வரவேற்பு உள்ளது. இயற்கை தயாரிப்பு கடைகள், ஆன்லைன் தளங்கள், கண்காட்சிகள், மேளாக்கள் போன்ற இடங்களில் விற்பனை செய்ய முடியும். நகர்ப்புற பகுதிகளில் சுற்றுச்சூழல் விழிப்புணர்வு கொண்ட மக்கள் இந்த விளக்குகளை வாங்க ஆர்வம் காட்டுகின்றனர். கார்ப்பரேட் நிறுவனங்களும் தங்கள் சுற்றுச்சூழல் பொறுப்புணர்வின் ஒரு பகுதியாக இதுபோன்ற பொருட்களை வாங்குகின்றன.

மாட்டு சாணத்திலிருந்து எளிய பொருட்கள்

பஞ்சகவ்ய விளக்கு தவிர மாட்டு சாணத்தை வைத்து பல எளிய பொருட்களை தயாரிக்க முடியும். பஞ்சகவ்ய சாம்பிராணி தயாரிப்பு மிகவும் லாபகரமான தொழில். சாணப் பொடியுடன் அதற்கு நிகரான அளவில் மரத்தூள், ஜிஹித், குங்குலீயம், வாசனை திரவியம் ஆகியவை சேர்த்து, இயந்திரத்தில் வைத்து சாம்பிராணி தயாரிக்கலாம். இந்த இயந்திரம் மூன்று ஆயிரம் முதல் சந்தையில் கிடைக்கிறது. இதில் ஒரே சமயத்தில் 12 சாம்பிராணிகள் வரை தயாரிக்க முடியும். இது பூஜை மற்றும் வீட்டு பயன்பாட்டிற்கு ஏற்றது.

தயாரிப்பு செயல்முறை

முதல் கட்டமாக மாட்டு சாணத்தை மூன்று நாட்கள் வெயிலில் காய வைக்க வேண்டும். இது விராட்டி எனப்படும். முழுமையாக உலர்ந்த பின்னர் அதை பொடியாக அரைக்க வேண்டும். வீட்டிலுள்ள மிக்ஸியில் கூட இதை செய்ய முடியும். அரைத்த பொடியை மெல்லிய சல்லடையில் சலித்து நுண்ணிய பொடியாக மாற்ற வேண்டும். இரண்டாவது கட்டமாக இந்த பொடியுடன் தயிர், நெய், பால், கோமியம் ஆகியவற்றை இரண்டு ஸ்பூன் அளவிற்கு சேர்க்க வேண்டும். அளவில் சேர்த்து பிசைய வேண்டும். கலவை சீரான பதத்திற்கு வரும் வரை நன்றாக பிசைய வேண்டும். மூன்றாவது கட்டமாக இந்த கலவையை விளக்கு தயாரிக்கும் இயந்திரத்தில் வைத்து அழுத்தி விளக்குகளாக வடிவமைக்க வேண்டும். தயாரான விளக்குகளை நன்றாக உலர வைத்து பேக்கிங் செய்ய வேண்டும். வெறும் சாணம் பொடியாக தயாரித்தும் விற்கப்படுகிறது. அவை ஒரு கிலோ 160 ரூபாய் வரை விற்கப்படுகிறது. விளக்கு தயாரிக்கும் பெண்கள், இதனையும் ஒரு தொழிலாக செய்யலாம், இந்த பொடி, உரமாகவும், மற்ற தேவைகளுக்கும் பயன்படுகிறது.

மாட்டு சாண உரம் தயாரிப்பு மிகவும் எளிதானது. சாணத்தை மண்புழு உரமாக மாற்றலாம் அல்லது வேறு கரிம கழிவுகளுடன் கலந்து கம்போஸ்ட் உரமாக தயாரிக்கலாம். நேரடியாக காய்ந்த சாணத்தையும் இயற்கை உரமாக விற்கலாம். இந்த உரம் மண்ணின் வளத்தை அதிகரித்து பயிர் வளர்ச்சிக்கு உதவுகிறது.

தொழில் தொடங்குவதற்கான வழிமுறைகள்

முதலில் உங்கள் பகுதியில் உள்ள சந்தை தேவையை ஆராய வேண்டும். அருகிலுள்ள கோயில்கள், ஆன்மீக கடைகள், இயற்கை தயாரிப்பு கடைகளிடம் விசாரித்து தேவையை கண்டறிய வேண்டும். தொடர்ச்சியாக மாட்டு சாணம் கிடைத்திட உள்ளூர் விவசாயிகள், கால்நடை வளர்ப்போர்களுடன் பேசி ஏற்பாட்டைச் செய்ய வேண்டும். நம்பகமான விற்பனையாளரிடமிருந்து விளக்கு தயாரிக்கும் இயந்திரத்தை வாங்க வேண்டும். முதலில் சிறிய அளவில் தொடங்கி, தேவைக்கேற்ப விரிவாக்கம் செய்யலாம். தயாரிப்பு முறையை நன்றாக கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். சிலர் பயிற்சி வகுப்புகள் நடத்துகின்றனர், அவற்றில் பங்கேற்கலாம். தேவையான உரிமங்கள் மற்றும் சான்றிதழ்களை பெற வேண்டும்.

எதிர்காலம் மற்றும் விரிவாக்க வாய்ப்புகள்

இந்த தொழிலில் எதிர்காலம் மிகவும் பிரகாசமானது. சுற்றுச்சூழல் விழிப்புணர்வு அதிகரித்து வருவதால் இயற்கை பொருட்களுக்கான தேவை தொடர்ந்து அதிகரித்து வருகிறது. இது சுய உதவி குழுக்களுக்கு லாபம் தரும் நல்ல தொழில் வாய்ப்பாக அமையும்.

–க. ஸ்ரீநிதி

நம்மைத் தேடியும் ஏஞ்சல் வரும்

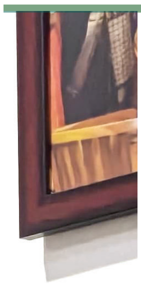
ஒரு வாழ்க்கை நெருக்கடிகளை உடைத்து, கல்வியே ஆயுதம் என படிப்பை வைத்து முன்னேறியவர் கல்யாணந்தி சச்சிதானந்தன். கைம்பெண்கள் மற்றும் ஆதரவற்ற மகளிர் நல வாரியத்தில் உறுப்பினர், சமூக செயற்பாட்டாளர், கல்வியாளர், மன நல ஆலோசகர் என பல முனைகளில் பணியாற்றிக்கொண்டிருக்கும் கல்யாணந்தியை முற்றம் இதழுக்காகச் சந்தித்தோம்.

தொடக்கம் உங்களில் சமூக சேவைப்பயணம் பற்றிச் சொல்லுங்கள்!

போட்டித்தேர்வுகளுக்கு கிராமப்புற மாணவர்களை தயார்படுத்துவதில் என் பயணம் தொடங்கியது. பெரும்பாலும் என்னிடம் வருபவர்கள் முதல் தலைமுறை பட்டதாரியாக இருப்பார்கள். அவர்கள் ஜெயித்தால் அவர்களின் தலைமுறையே மாறிவிடும், பெண்கள் அதிக அளவில் பயிற்சிக்கு வருவார்கள். குழந்தையுடன் வந்து ஒரு பெண் பயிற்சி பெற்று தேர்ச்சி பெற்றார். இன்னொரு பெண், குடும்ப வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்டு காவல்துறையினரால் என்னிடம் அனுப்பப்பட்டார். கைக்குழந்தையுடன் வந்த அவர், மற்ற மாணவர்களை விட அதிக மதிப்பெண்கள் பெற்று தேர்ச்சி அடைந்தார். அவர் இப்போது ஒரு காவலர். இதுவரை எங்கள் அமைப்பு மூலம் மூவாயிரத்திற்கும் அதிகமானோர் பயிற்சி பெற்றுள்ளனர், குறைந்தபட்சம் 300 பேர் வெவ்வேறு துறைகளில் பணியில் உள்ளனர்.

போட்டித் தேர்வு பயிற்சி என்ற பாதையை எப்படி தெரிவு செய்தீர்கள்?

சமுதாயத்தில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்த, கல்விதான்



பிரதானமான விஷயம். சமூகத்தின் இடைவெளியை நிரப்பக்கூடிய ஆயுதம் கல்விதான். படித்து அதிகாரத்துக்குச் செல்லும்போது சமூக நீதி கிடைக்கிறது. சமத்துவம் கிடைக்கிறது. பொருளாதார தன்னிறைவு மட்டுமின்றி சமூக அங்கீகாரம் முக்கியமானது. நம்மிடம் இருந்து பறிக்க முடியாத சொத்து கல்விதான்.

குடும்ப வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்டும், ஆதரவற்ற நிலையிலும் உள்ள பெண்களுக்கு கை கொடுக்க என்ன காரணம்?

எனக்கு 2008இல் திருமணமானது. குடும்ப வன்முறையால் நான் பாதிக்கப்பட்டபோது அதில் இருந்து வெளியேறி 2016இல் தனிப்பெற்றோராக மாறினேன். 2 குழந்தைகளை அழைத்துக் கொண்டு தனியாக வந்தபோது என்னிடம் கல்வி மட்டும்தான் இருந்தது. என்னை நம்பி இன்ஸ்ட்டியூட் தொடங்க என் தோழி முதலீடு செய்ய முன்வந்தார். திருமண உறவை பிரிந்து வந்த பிறகு படித்தேன். பி.ஃபார்ம் படித்த நான், எம்ஏ சைக்காலஜி, பொலிட்டிகல் சயின்ஸ் படித்தேன். இன்ஸ்ட்டிடியூட் ஆரம்பித்தேன். ஜூவைனஸ் ஜஸ்டிஸ், ஜூவைனல் சைக்காலஜி படித்தேன். படிக்க படிக்க நான் மெருகேற்றப்பட்டேன். உறவுச்சிக்கல்களைத் தீர்க்க கவுன்சிலிங் தர ஆரம்பித்தேன்.

சமூக நலன் மற்றும் பெண்கள் உரிமைத்துறை, குழந்தைகள் பாதுகாப்பு மற்றும் சிறப்புச் சேவை துறையில், கூர்நோக்கு இல்லக் குழந்தைகள், புறக்கணிக்கப்பட்ட குழந்தைகள், விளிம்பு நிலை குழந்தைகளுக்காக பணியாற்றுகிறேன்.

என் கல்வியாலும், பணிகளாலும் நான் மட்டும் உயரவில்லை. என்னைச் சார்ந்தவர்களையும் உயர்த்தினேன். எனக்குக் கிடைத்த இரண்டாம் வாய்ப்பைச் சரியாகப் பயன்படுத்திக் கொண்டேன்.

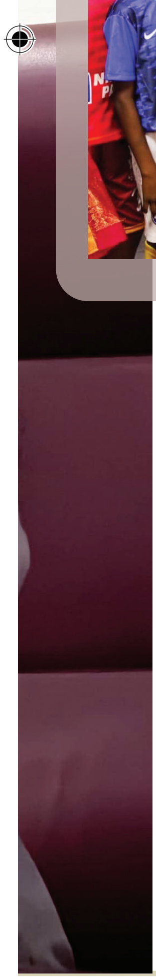
மாணவர்களுக்கு வழிகாட்டுதலில் இருந்து சமூக சேவை பக்கம் எப்படி திரும்பினீர்கள்?

கே.கே. அகாடமி என்ற பெயரில் போட்டித் தேர்வுகளுக்கு தயார் படுத்திக் கொண்டிருக்கிறேன். 2015இல் வெள்ளம் வந்தபோது மதுராந்தகத்தை அடுத்த குக்கிராமங்கள் முதல் கடலூர் வரை வெள்ளத்தால் பாதிக்கப்பட்டன. அப்போதுதான் நண்பர்கள் சேர்ந்து குரூப் தொடங்கி உதவ ஆரம்பித்தோம். அதன் பிறகு "புராஜக்ட் பியூச்சர் இந்தியா டிரஸ்ட்" இதுதான் எனது தொண்டுநிறுவனம். இதை அறக்கட்டளையாக பதிவு செய்து சட்டபூர்வமானதாக்கி, இன்றுவரை பலகோடி பேரை சென்றடைந்திருக்கிறோம்.

சிறு பிள்ளைகளுக்கான உங்களின் திட்டங்கள்?

அரசு குழந்தைகள் காப்பகத்தில் உள்ள குழந்தைகளுக்காக "புராஜக்ட் டாக்டர்ஸ் அவே" (Project Doctor's Away) என்ற திட்டத்தை செயல்படுத்தி வருகிறோம். இதில் வாரத்தில் 4 நாட்கள் பழங்கள் தருகிறோம். கோவிட்

> **“சமூகத்தின் இடைவெளியை நிரப்பக்கூடிய ஆயுதம் கல்விதான். படித்து அதிகாரத்துக்குச் செல்லும்போது சமூக நீதி கிடைக்கிறது. சமத்துவம் கிடைக்கிறது.”**



காலத்தில்தான் இதனைத் தொடங்கினோம். இன்று சுமார் 20 முதல் 25 லட்சம் குழந்தைகள் பழங்களைச் சாப்பிடுகிறார்கள். சென்னை சைதாப்பேட்டையில் உள்ள அரசுப்பள்ளியில் தேர்வுக்கு 100 நாட்களுக்கு முன்பிருந்து மாலையில் பழமும், கடலை மிட்டாயும், பேரிச்சம்பழமும் தருகிறோம். அதேபோல, நாங்கள் பழங்குடியின குழந்தைகளுக்காகவும் பணியாற்றுகிறோம்.

உலகம் முழுவதுமே பெண்களுக்கு ரத்த சோகை மிகப்பெரிய சவாலாக உள்ளது. விளிம்புநிலை பெண்களின் ரத்தசோகையை சரிசெய்ய "புராஜக்ட் இளவரசி" என்ற பெயரில் பேரிச்சம் பழம் தருகிறோம். மாதவிடாய் கால சுகாதாரம் பற்றியும் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துகிறோம்.

மாணவர்களுக்காக கால்பந்து போட்டிகள் நடத்தும் ஆர்வம் எப்படி வந்தது?

என் பிள்ளைகள் இருவரும் கால்பந்து வீரர்கள், அவர்களுடன் மைதானத்துக்குச் செல்லும்போது ஜெர்சி இல்லாமல், கிழிந்த சாக்ஸ், சரியான ஷூ இல்லாமல் நிறைய பேரை பார்த்தேன். அப்போதுதான் இந்த எண்ணம் வந்தது. 2020இல் பியூச்சர் இந்தியா புட்பால் -என்ற பெயரில் தமிழ்நாடு முழுவதும் கோல் இந்தியா என்ற பெயரில் கல்லூரிகளுக்கு இடையே போட்டிகள் நடத்துகிறோம். நிப்பானுடன் சேர்ந்து கடந்த ஆண்டில் மட்டும் 3 ஆயிரத்து 600 ஜெர்சி உடைகளைத் தந்திருக்கிறோம்.

அதுமாதிரியே "புரஜெக்ட் அழகி" என்றொரு திட்டம். அதன் வாயிலாக பெண்களுக்கு வாழ்வாதாரப் பயிற்சிகள் அளிக்கிறோம். படிக்காத பெண்களுக்காக தள்ளுவண்டி திட்டம் தொடங்கியிருக்கிறோம். அதுபோல, ஸ்டெல்லாண்டிஸ் கார் நிறுவனத்தின் நிதி உதவியுடன் இப்போது 20 பெண்களுக்கு ஓட்டுநர் பயிற்சி அளிக்கிறோம்.

இப்பணிகளுக்கு உங்களின் குடும்பம் எந்த அளவு ஆதரவாக இருக்கிறது?

எனது குடும்பமே தலைமுறை தலைமுறையாக சமூக சேவையில் இருக்கிறோம். என் தாத்தா தோட்டத்தொழிலாளர்களுக்காக போராடியவர். அப்பா காங்கிரசில் இருந்தார். நிர்டோ அமைப்புமூலம் அகதிகளுக்காக சேவை செய்தவர். அவர் என்னை டாக்டராகி சமூக சேவை செய் என்பார். அந்தக் கனவு நிறைவேறாவிட்டாலும் சேவை செய்யும் கனவு நிறைவேறியிருக்கிறது. என்னிடம் படித்த 2 மாணவர்கள், இப்போது மருத்துவம் படிக்கிறார்கள்.

> **பொருளாதார தன்னிறைவு மட்டுமின்றி சமூக அங்கீகாரம் முக்கியமானது. நம்மிடம் இருந்து பறிக்க முடியாத சொத்து கல்விதான்.**

என் குடும்பத்தின் துணை எனக்கு மிகப்பெரியது. நான் மறுமணம் செய்து கொண்டேன். எனது கணவர் சந்துருவும் தன்னார்வலர்தான். எனது பெற்றோரும் நல்ல ஆதரவு. அவர்கள் அளிக்கும் ஊக்கம் என்னை இயங்க வைக்கிறது. திருமணமாகாமல் உள்ள பேரிளம் பெண்கள், ஆதரவற்ற கைம்பெண்களை வலிமைப்படுத்த வேண்டும். அவர்களின் தொழில்வளர்ச்சிக்காக உதவ வேண்டும் இதுதான் ஆசை.

–கொற்றவை

வணிகம் வளர்க்க

மாரியம்மன் மகளிர் சுய உதவிக் குழு,
கள்ளக்குறிச்சி மாவட்டம்.
கைபேசி : 96265 33594
நிலக்கடலை லட்டு

துர்க்கையம்மன் மகளிர் சுய உதவிக் குழு,
கள்ளக்குறிச்சி மாவட்டம்.
கைபேசி : 93444 20865
சிறுதானிய தின்பண்டங்கள்

வெள்ளை ரோஜா மகளிர் சுய உதவிக் குழு – 4,
கன்னியாகுமரி மாவட்டம்.
கைபேசி : 63691 31009
சணலில் செய்யப்பட்ட பைகள் மற்றும் அலங்காரப் பொருட்கள்

பேச்சிப்பாறை ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு, கன்னியாகுமரி மாவட்டம்.
கைபேசி : 94424 72271
கருமிளகு, கிராம்பு, தேன், கஸ்தூரி மஞ்சள் தூள்

பாரத் மகிளா சுய உதவிக் குழு,
கன்னியாகுமரி மாவட்டம்.
கைபேசி : 94860 11635
கடல் சிப்பிகளால் செய்யப்பட்ட அலங்காரப் பொருட்கள்

அன்னை மகளிர் சுய உதவிக் குழு,
கன்னியாகுமரி மாவட்டம்.
கைபேசி :
94869 25399
தரமான முந்திரிக் பருப்புகள்

மகளிர் சுய உதவிக் குழுவை மேலும் வளர்க்க எண்ணுவோர், தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம் சார்பில் இயங்கும் 'மதி சந்தை' (www.mathisandhai.com) எனும் வலைதளம் வழியே பொருட்களை வாங்கலாம்.

மின்சாரத்துறையில் நம்பி

தமிழ்நாடு மின்விசை நிதி மற்றும் அடிப்படை வசதி மேம்பாட்டு நிறுவனம் (TNPFIDCL). இது தமிழ்நாடு அரசின் மின் உற்பத்தி மற்றும் பகிர்மான கழகத்திற்கு (TANGEDCO) நிதியுதவி அளிப்பதற்காகத் தொடங்கப்பட்ட ஓர் அமைப்பாகும். இதன் செயல்பாடுகளில் ஒன்றாக, நிலையான வைப்புத் நிதித் திட்டங்களும் (Fixed Deposits) செவ்வனே செயல்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. இத்திட்டங்களைப் பற்றி இனி காண்போம்!

இருவகைத் திட்டங்கள்:

முதலீட்டாளர்களுக்கு ஏற்ப, இருவகையான திட்டங்கள் உள்ளன. இதில் ஓராண்டு முதல் அதிகபட்சம் ஐந்து ஆண்டுகள் வரை முதலீடு செய்ய முடியும். இவ்விரண்டு திட்டங்களுக்கும் குறைந்த பட்ச முதலீடு ரூ. 1 இலட்சம்.

திட்டம் 1: இதன் கீழ் தனிநபர்கள், தனியார் சங்கங்கள், தனியார் அறக்கட்டளைகள் மற்றும் தனியார் பல்கலைக்கழகங்கள் விண்ணப்பிக்க இயலும்.

திட்டம் 2: இது திட்டம் 1-இல் குறிப்பிட்டவை தவிர்த்து, மற்ற நிறுவனங்கள், அரசு அறக்கட்டளைகள், அரசு சங்கங்கள் விண்ணப்பிக்கலாம்.

வட்டி விகிதங்கள் எவ்வளவு?

மேற்சொன்ன திட்டங்களுக்கு, இரு நடைமுறைகளின் கீழ் வட்டி விகிதங்கள் அளிக்கப்படுகிறது. அவை, கூட்டு வைப்பு நிதி (Cumulative Deposit) மற்றும் கூட்டு அல்லாத வைப்பு நிதி (Non- Cumulative Deposit).

திட்டம் 1: கூட்டு வைப்பு நிதி - ஆண்டுக்கு 8.10 சதவிகிதம் முதல் 8.50 சதவிகிதம் வரை வட்டித் தொகை வழங்கப்படும். கூட்டு அல்லாத வைப்பு நிதி - ஆண்டுக்கு 8.25 சதவிகிதம் முதல் 8.77 சதவிகிதம் வரை வட்டித் தொகை அளிக்கப்படுகிறது. மூத்த குடிமக்களுக்கு கூடுதல் வட்டி உண்டு.

திட்டம் 2: கூட்டு வைப்பு நிதி - ஆண்டுக்கு 6.70 சதவிகிதம் முதல் 6.90 சதவிகிதம் வரை வட்டி வழங்கப்படுகிறது. கூட்டு அல்லாத வைப்பு நிதி - 6.70 சதவிகிதம் முதல் 6.90 சதவிகிதம் வரை வட்டி அளிக்கப்படுகிறது.

கூட்டு வைப்பு நிதி முறையில், நம் வட்டிக்கும் வட்டி உண்டு என்பது கூடுதல் சிறப்பம்சம்.

கூட்டு அல்லாத வைப்பு நிதி முறையில், மாதம், காலாண்டு, ஓராண்டு என கால அடிப்படையில் நம் வட்டித் தொகையைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

திட்டத்தில் இணைவது எப்படி?

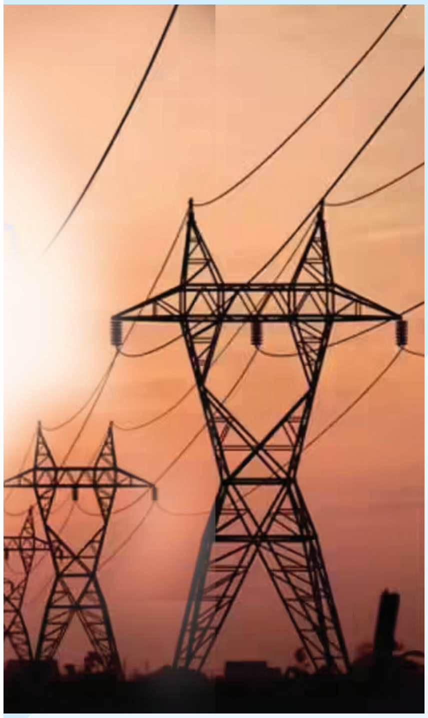
இத்திட்டத்தில் எந்தவொரு இந்தியக் குடிமக்களும் இணைந்து பயன்பெற முடியும்.

- நிறுவனத்தின் பதிவு அலுவலகம் அல்லது www.tnpowerfinance.com என்ற இணையதளம் மூலம் விண்ணப்பப் படிவத்தைப் பெற்று விண்ணப்பிக்கலாம். படிவத்துடன் முதலீட்டுக்கான காசோலையையும், நிறுவனத்தின் பதிவு அலுவலகத்திற்கு அனுப்ப வேண்டும்.
- ஆன்லைன் மூலமாகவும் விண்ணப்பத்தைச் சமர்ப்பிக்க முடியும்.

தேவையான ஆவணங்கள்:

- புகைப்படத்துடன் கூடிய அடையாள அட்டை
- பாஸ்போர்ட் அளவு புகைப்படம்
- வங்கிக்கணக்கு நகல்
- மூத்த குடிமக்களுக்கான வயது சான்றிதழ்
- வெளிநாடு வாழ் இந்தியர்களுக்கு (NRI) கூடுதல் ஆவணங்கள் அவசியம்.

பிக்கையான முதலீடு



நாம் சேமிக்க வெளி இடங்களைத்தேடி அலையவேண்டியது இல்லை. நமது அரசு அதற்கென நல்ல சில திட்டங்களை செயல்படுத்தி வருகிறது.

வைப்பு நிதி ரசீது பெறுவது எப்படி?

வைப்புத் தொகையை நேரில் செலுத்தும் பட்சத்தில், பதிவு அலுவலகத்திலேயே அதற்கான ரசீது வழங்கப்படும். மேலும், www.tnpowerfinance.com என்ற இணையதளம் அல்லது கூகுள் பிளே ஸ்டோரில் உள்ள TNPFC மொபைல் செயலியை பதிவிறக்கம் செய்து, அதில் இ-வைப்பு நிதி ரசீதைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

வருமான வரி உண்டு!

வருமான வரிச் சட்டம் 1961 -இன் படி, ஒரு நிதியாண்டில் ஒரு வைப்புதாரருக்கு செலுத்தக்கூடிய வட்டித் தொகை ரூ.5 ஆயிரத்தைத் தாண்டினால், வரி பிடித்தம் செய்யப்படும். வருமான வரி விலக்கு பெற, 15G அல்லது 15H படிவத்தைச் சமர்ப்பிக்க வேண்டும். படிவத்தில் பான் (PAN) எண்ணைக் குறிப்பிடப்பட வேண்டியது கட்டாயம்.

முன்னரே பணம் பெற முடியும்!

திட்டம் தொடங்கப்பட்ட மூன்று மாதங்களுக்குள், வைப்புத் தொகையை முன்கூட்டியே திரும்பப் பெற அனுமதிக்கப்படாது. கெடுவாய்ப்பாக, வைப்புதாரர் இறக்க நேர்ந்தால், மூன்று மாதங்களுக்குள் வட்டி இல்லாமல் திரும்பப் பெற அனுமதிக்கப்படும்.

ஆறு மாதங்கள் முடிவடையும் முன்பே கணக்கை முடித்துக் கொள்ள நேரிட்டாலும் வட்டித் தொகை வழங்கப்படாது.

ரூ.1 கோடிக்கும் அதிகமாக உள்ள வைப்புத் தொகையை முன்கூட்டியே திரும்பப் பெற, வைப்புதாரர் ஒரு மாதத்திற்கு முன்பே அறிவிப்பு கொடுக்க வேண்டும். ரூ.1 கோடிக்கும் குறைவாக இருக்கும் பட்சத்தில், 15 நாட்களுக்கு முன்னர் அறிவிப்பு கொடுக்கலாம்.

கடன் பெறும் அம்சம்!

- திட்டம் தொடங்கி மூன்று மாதங்களுக்குப் பின்னர், நம் வைப்புத் தொகையில் 70 சதவிகிதம் வரை கடன் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.
- அதிகபட்சம் இருமுறை கடன் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.
- கடனுக்கான வட்டியானது, வைப்புகளுக்கு வழங்கப்படும் வட்டி விகிதத்தை விட 2 சதவிகிதம் அதிகம்.

பொதுவான நடைமுறைகள்

நம் வைப்புத் தொகையின் முதிர்வு காலம் முடிந்த பிறகு, வட்டித் தொகையைப் பெற்றுக் கொண்டு, அடுத்த 90 நாட்களுக்குள் புதுப்பித்துக் கொள்ளலாம்.

முதலீட்டுதாரர் கணக்கு தொடங்கும் போதே, நாமினியை நியமித்துக் கொள்ளலாம். தனியாகவோ அல்லது கூட்டாகவோ மற்றொரு நபரை நாமினியாக நியமிக்க முடியும். இது தனிநபர் (Individual) கணக்குகளுக்கு மட்டுமே பொருந்தும்.

18 வயது பூர்த்தியடையாத ஒருவரை நாமினியாக நியமிக்க, பிறப்புச் சான்றிதழின் நகலைச் சமர்ப்பிக்க வேண்டும்.

வெளிநாடு வாழ் இந்தியர்கள் (NRI), அதிகபட்சம் மூன்று வருடங்களுக்கு மட்டுமே முதலீடு செய்ய முடியும். வைப்பு நிதிக்கான இரசீது, முறையாகப் பரிவர்த்தனை செய்ததற்கான சான்றிதழ் ஆகிய ஆவணங்களைக் காண்பித்து வைப்புத் தொகையைப் பெற்றுக் கொண்டு கணக்கை முடித்துக் கொள்ளலாம்.

தனிநபர்கள் தொடங்கி தனியார் நிறுவனங்கள், அரசு நிறுவனங்கள், அறக்கட்டளைகள், தனியார் பல்கலைக்கழகங்கள் என எல்லா தரப்பினரும் பயன்பெறும் வகையில் இத்திட்டங்கள் செயல்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. தனியார் வங்கிகளுக்கு இணையான வட்டி விகிதங்களை வழங்கும் தமிழ்நாடு மின்விசை மற்றும் அடிப்படை வசதி மேம்பாட்டு நிறுவனத்தில் முதலீடு செய்து பயன்பெறுவீராக!

-பெ.ரமணஹரிஹரன்

நல்ல இணையங்களின் இலக்கணம்

இணையத்தில் பலவகையான மோசடி இணையதளங்கள் உள்ளன. அவற்றைப் பற்றி நாம் அறிந்துகொண்டால் மட்டுமே அவற்றில் சிக்கி கொள்ளாமல் இருக்க முடியும். அதுபோல நல்ல இணையதளங்களை கண்டறிவது எப்படி என்பதையும் அறிந்திருக்க வேண்டும்.

அதாவது நாம் அணுகும் தளம் அதிகாரப்பூர்வ மானதாகவும், உண்மையான தளமாகவும் இருக்க வேண்டும். அந்த வகையில் மோசடி தளங்களை மட்டும் அல்ல விளம்பர நோக்கில் அமைக்கப்படும் இணைய குப்பை தளங்களிடமும் கவனமாக இருக்க வேண்டும்.

இணைய இலக்கணம்:

இணையதள இலக்கணத்தில் முதலில் வருவது இணைய முகவரியின் தன்மை. இணைய முகவரிகளில் பல ரகம் இருக்கிறது. முகவரியின் கடைசி பகுதியாக அமையும் எழுத்துக்கள் இதை உணர்த்தும். டாட் காம் என முடியும் முகவரி எனில் வர்த்தக நோக்கிலான தளத்தை குறிக்கும். அதே போல கல்வி நிறுவனங்களின் தளம் எனில்- டாட் எஜு -என முடியும். அரசு தளங்கள் எனில்,- டாட் கவ் -என அமைந்திருக்கும். பொது அமைப்புகளின் தளங்கள் -டாட் ஆர்க் -என முடியும். மேலும், நாடுகளுக்கு என பிரத்யேகமான இணைய முகவரிகளும் உள்ளன.

சிறந்த வடிவமைப்பு

இணைய முகவரி மட்டுமே ஒரு தளத்தின் நம்பகத்தன்மையை உணர்த்திவிடாது என்றாலும், இது நல்ல தொடக்கப்புள்ளி. அடுத்ததாக இணையதளத்தின் வடிவமைப்பையும், உள்ளடக்கத்தையும் கவனிக்க வேண்டும். நல்ல இணையதளங்கள் சிறந்த முறையில் வடிவமைக்கப்பட்டிருப்பதை உணரலாம். பயனாளிகளுக்கு தேவையான தகவல்கள் எளிதாக அணுகக் கூடிய வகையில், முக்கிய தகவல்களுக்கு முன்னுரிமை அளிக்கப்பட்டிருக்கும். தகவல்களின் தரத்தையும் எளிதில் உணரலாம்.

அதே போல தளத்தில் உள்ள கட்டுரைகள் யாரால் எழுதப்பட்டவை என்பதும் அவர் அத்துறை தொடர்பான வல்லுனரா என்பதும் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும். தேவையான இடங்களில் மூல தரவுகளுக்கான இணைப்பும் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும். தகவல்கள் மற்றும் கட்டுரைகள் இணையதளத்தின் தன்மைக்கு பொருத்தமாக அமைந்திருப்பதையும் கவனிக்கலாம்.

இணையத் தேடல்:

நல்ல இணையதளங்களின் அம்சங்களை அறிந்திருப்பதோடு, நல்ல இணையதளங்களை அடையாளம் காட்டும் நம்பகமான தளங்களையும் அறிந்திருக்க வேண்டும். பெரும்பாலானோர் கூகுள் தேடல் மூலம் இணையதளங்களை கண்டறிய முயல்கின்றனர். தேடல் முடிவுகளில் சுட்டிக்காட்டப்படும் தளங்கள், நம்பகமானவை என்பதை உறுதி செய்து கொள்ளும் பொறுப்பு நம்முடையது என்பதை உணர வேண்டும். கண்ணை மூடிக்கொண்டு தளங்களை கிளிக் செய்வதை தவிர்க்க வேண்டும்.

தேடல் முடிவுகளில், 'சிறந்த தளங்களின் பட்டியல்' போன்ற தலைப்பிலான கட்டுரைகள் முன்னிறுத்தப் படுவதை பார்க்கலாம். சிறந்த தளங்கள் எனும் அடைமொழி கொண்டிருப்பதாலேயே

அவை சிறந்தவையாக ஆகிவிடாது. பல கட்டுரைகள் விளம்பர நோக்கில் கவர்வதற்காக எழுதுப்பட்டிருக்கும் அல்லது இணையத்தில் காணப்படும் தகவல்களை உருவி எடுத்தவையாக இருக்கும். பட்டியலை அளிக்கும் தளத்தின் தன்மையை முதலில் பரிசீலிக்க வேண்டும்.

> “செய்திகளை அணுக சமூக ஊடக சேவைகள் எளிதான வழியாக இருந்தாலும், உண்மையான செய்திகளுக்கு இணையாக, பொய்ச்செய்திகளும், வதந்திகளும் பகிரப்படுவதால் கவனம் தேவை.”

இணைய கையேடு

இணையத்தின் தொடக்கக்காலத்தில், இதே போன்ற வேறு பல இணைய கையேடுகளும் இருந்தன. இன்னமும் கூட, இணையத்தின் பல்வேறு இடங்களில் கவனமாக தேர்வு செய்யப்பட்ட தளங்கள் பரிந்துரைக்கப்படுவதை பார்க்கலாம். பல பல்கலைக்கழக இணையதளங்களில், வலை வழிகாட்டி எனும் தலைப்பில் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட தளங்களின் பரிந்துரையை அணுகலாம்.

அதே போல, சமூக ஊடக சேவைகளில் ஒன்றான ரெட்டிட் தளத்தில் நடைபெறும் விவாதங்களில், இணையதளங்களின் பயன்பாடு தொடர்பான அம்சங்கள் விவாதிக்கப் படுவதை காணலாம். இந்த விவாதங் களில் சக பயனாளிகள் தாங்கள் நன்கறிந்த தளங்களை பரிந்துரைப்பதையும் பார்க்கலாம். ஏதேனும் சந்தேகம் இருந்தாலும் கேட்டு தெளிவு பெறலாம். இதே போலவே கேள்வி பதில் தளமான குவோராவிலும், இணையதளம் தொடர்பான கேள்விகளுக்கான பதில்களை பரிசீலிக்கலாம். இணையதளங்களை தேடும் போது, ரெட்டிட் அல்லது குவோரா தளத்தையும் சேர்த்து குறிப்பிட்டால் இந்த விவாத பக்கங்களை தேடல் முடிவுகளில் எளிதாக கண்டறியலாம்.

- பெண்களுக்கு ஊக்கம் அளிக்கும் செய்திகளையும், சாதனை பெண்களின் நேர்காணல்களையும், வாழ்வியல் கட்டுரைகளையும் வெளியிட்டு வருகிறது ஷி தி பியூப்பில்

  shethepeople
  A GLOBAL MOVEMENT BY & FOR WOMEN

  (https://www.shethepeople.tv/) இணையதளம்.

- பெண் தொழில்முனைவோர்களுக்கு வழிகாட்டும் வகையில், இந்திய பெண் தொழில்முனைவோர் அமைப்பு நடத்தி வரும் இணையதளம்:

  WEI WOMEN ENTREPRENEURS INDIA Great feats ahead

  https://www.womenentrepreneursindia.com/index.php பெண் தொழில்முனைவோரின் வெற்றிக்கதைகளை தெரிந்து கொள்வதோடு, தொழில்முனைவு ஆலோசனைகளையும் பெறலாம்.

- பெண்களுக்கு ஊக்கம் அளிக்கும் இன்னொரு இணையதளம்:

  UDYOGINI mail@udyogini.org

  https://udyogini.org/–

இணையக் குறிப்பு

முக்கியமாக உங்கள் ஆர்வம் அல்லது துறை சார்ந்த நம்பகமான தளங்களை அறிந்திருக்க வேண்டும். அந்த தளங்களை வழிகாட்டுதலாக கொள்ளலாம். அதே போல, ஒரு நல்ல இணையதளத்தை அடையாளம் காணும் போது, அதை பிரவுசரில் குறித்து கொள்ளலாம். அடுத்த முறை தகவல் தேவை எனில் அந்த தளத்தை நேரிடையாக அணுகலாம். இப்படி அடிக்கடி பயன்படுத்தும் தளங்களின் பட்டியலை உருவாக்கி கொள்வது நல்லது.

தற்போது சமூக ஊடக சேவைகளின் தாக்கம் காரணமாக, செய்திகளை கூட பலரும் பேஸ்புக், அல்லது இஸ்டாகிராம் மூலம் தெரிந்து கொள்கின்றனர். செய்திகளை அணுக சமூக ஊடக சேவைகள் எளிதான வழியாக இருந்தாலும், சிறந்த வழி அல்ல என்பதை உணர வேண்டும். உண்மையான செய்திகளுக்கு இணையாக, பொய்ச்செய்திகளும், வதந்திகளும் பகிரப்படுவதால் கவனம் தேவை.

இணைய வழிகாட்டி!

பயனுள்ள சிறந்த இணையதளங்களை தேடி கண்டறிய விரும்பினால், லைப் வயர் தளத்தின், தேடல், வாசிப்பு, ஷாப்பிங், செய்தி, இணைய சேவை என பல்வேறு பிரிவுகளில் சிறந்த பயனுள்ள 45 இணையதளங்களை காட்டும் இந்த பட்டியலை பார்க்கலாம்: https://www.lifewire.com/top-fifty-useful-sites-3481693

பாடப்புத்தகங்களுக்கான விக்கிபீடியா என கருதக்கூடிய விக்கிபுக்ஸ் உள்ளிட்ட பல சுவாரஸ்யமான தளங்களும் உள்ளன.

–சைபர் சிம்மன்

இருவர் கண்ட ஒ

ஆசிரியர் குறிப்பு

கு. அழகிரிசாமி

1923இல் தூத்துக்குடி (அன்றைய திருநெல்வேலி) மாவட்டத்தில் இடைசெவல் என்னும் கிராமத்தில் பிறந்தவர். சிறுகதை உலகில் இன்றும் தனித்துவ அடையாளத்திற்காக கொண்டாடப்படுபவர். பத்திரிகையாளராக பணியாற்றிய இவர், கதை, கட்டுரைகள், மொழிபெயர்ப்பு, குழந்தைகள் இலக்கியம் என முத்திரை பதித்தவர். எளிய மக்களின் வாழ்வை அச்சு அசலாக எழுத்தில் வடித்த இவருக்கு 1970ஆம் ஆண்டு சாகித்திய அகாடமி விருது வழங்கி கௌரவிக்கப்பட்டது.

ஓவியங்கள்:

துர்கா

வெள்ளையம்மாள் ஐந்தாறு நாட்களாகக் கூலிவேலைக்குப் போகவில்லை; போக முடியவில்லை.

குளிர்காய்ச்சலோடு படுத்துக் கிடந்தாள் என்பது இங்கே ஒரு காரணமாகாது. உடம்பு சரியாக இருந்தாலும் அவளால் வேலைக்குப் போயிருக்க முடியாது என்பதுதான் உண்மை நிலை. அதனால், வேலைக்குப் போகாததற்குக் காரணம் உடுத்திக் கொள்ளத் துணி இல்லாமல் போனதுதான்.

சிற்சில வருஷங்களில், வேலை கிடைக்கும் காலத்தில் கிராமத்துக்கு நாலைந்து விதவைகள் இதேபோல் துணியில்லாமல் வீட்டை அடைத்துக் கொண்டு அரைப்பட்டினியோ, முழுப் பட்டினியோ கிடப்பது சகஜம் என்பது வெள்ளையம்மாளுக்கும் தெரியும். அதனால், மானத்தை மறைக்க முடியாத பரிதாபத்தை நினைத்து அவள் அதிகமாகக் கவலைப்பட்டுவிடவில்லை. அவளுடைய கவலையெல்லாம், தான் உழைக்காவிட்டால் குழந்தைகள் பட்டினி கிடக்கவேண்டுமே என்பது தான். இந்தச் சமயத்தில் குளிர் ஜுரமும் வந்து அவளைப் படாதபாடு படுத்திக் கொண்டிருந்தது.

அவளுடைய கவலையெல்லாம், தான் உழைக்காவிட்டால் குழந்தைகள் பட்டினி கிடக்கவேண்டுமே என்பது தான். இந்தச் சமயத்தில் குளிர் ஜுரமும் வந்து அவளைப் படாதபாடு படுத்திக் கொண்டிருந்தது.

அவள் படுத்திருக்கும் தாழ்வாரம் ஒரு மாட்டுத்தொழு. ஐந்தாறு ஓலைகளை வைத்துக் கட்டிய மறைவுக்கு இந்தப்புறம் மாடுகளும், அந்தப்புறம் வெள்ளையம்மாளும் அவளுடைய குழந்தைகளுமாக வசித்து வந்தார்கள். வீடில்லாத ஏழைகள் மாட்டுத் தொழுவில் குடியிருக்க இடம் கேட்டால், அந்தக் காலத்தில் வாடகை கேட்காமலே அனுமதிக்கும் மனிதர்கள் இருந்தார்கள். இப்போது காலம் மாறிவிட்டது. அதனால், வாடகை கொடுக்காவிட்டாலும், அதற்குப் பதிலாகத் தொழுவின் சொந்தக்காரருடைய வீட்டில்-முதலாளி வீட்டில் - அவ்வப்போது வெள்ளையம்மாள் இலவசமாக வேலை செய்து வரவேண்டியிருந்தது. அப்படி ஊழியம் செய்வதற்கு முதலாளி வீட்டிலிருந்து அழைப்பு வரும் தினத்தில் அவள் கூலி கிடைக்கும் வேலைக்கும் போகக்கூடாது. விடிந்ததும் முதலாளி வீட்டுக்குப் போய் விளக்கு வைக்கும் நேரம் வரை கலக் கணக்கில் நெல்லைக் குத்திவிட்டு, ஆழாக்கு உமிகூட இல்லாமல் தொழுவுக்குத் திரும்புவாள். இப்போது இந்த ஐந்தாறு தினங்களாக இந்த ஊழியத்துக்கு அழைப்பு வந்தும் அவளால் போக முடியவில்லை. அதனால் அவள் தொழுவை விட்டு உடனே கிளம்பிவிட வேண்டும் என்று முதலாளியம்மாள் காலையும் மாலையும் ஆள் விட்டு விரட்டிக் கொண்டிருந்தாள். நல்ல வேளையாக இந்தத் தொல்லை இப்போது இரண்டு நாட்களாக இல்லை; முதலாளியம்மாள் அக்கம்பக்கத்தில் உள்ளவர்களிடம்,

ஒரே கனவு

"பாவம், வெள்ளை, இருந்துட்டுபோறா போங்க. வெளியிலே புடிச்சித் தள்ளினா எங்கே போவா? ஏதோ, நம்ம வீடே அடைக்கலம்னு வந்து சேந்துட்டா. என்ன பண்றது?" என்று சொல்லிக் கொண்டிருந்தாள். இவ்வளவு தூரம் அவள் உள்ளம் விசாலமாகிவிட்டதற்குக் காரணம் வெள்ளையம்மாள் இன்றோ நாளையோ செத்துப் போய்விடுவாள் என்று அவளுக்கு நம்பகமான தகவல் கிடைத்ததுதான். அவளுடைய சாவை முதலாளியம்மாள் ஆவலோடு எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருந்த சமயத்தில்....

வெள்ளையம்மாள் குளிர் காய்ச்சலில் வெடவெடத்துக் கொண்டு தன்னுணர்வில்லாமல் தொழுவில் கிடந்தாள். ஆறுவயதும், ஐந்து வயதும் ஆன அவளுடைய குழந்தைகள் இரண்டும் அப்போது அங்கே இல்லை. அதுவரையிலும் பசி பொறுக்க மாட்டாமல் அம்மாவைப் பிய்த்துப் பிடுங்கி விட்டு அப்பொழுதுதான் வெளியே போயிருந்தன. அந்த இரண்டு சிறுவர்களும் தெருவுக்குப் போய், வேலப்பன் வீட்டு வாசலுக்கு அருகில் முழங்கால்களைக் கட்டிக் கொண்டும், முழங்கால்களுக்கு நடுவில் முகத்தைப் புதைத்துக்கொண்டும் ஆளுக்கு ஒரு பக்கமாகக் குந்திக் கொண்டிருந்தார்கள். சிறிது நேரத்துக்கு முன்புதான் முதலாளி வீட்டு மாடுகளைத் தொழுவில் கொண்டுபோய்க் கட்டிவிட்டு வந்து, மத்தியானக் கஞ்சி குடித்த வேலப்பன், வாயையும் மீசையையும் துடைத்துக்கொண்டு வெளியே வந்தான். வாசலுக்கு அருகில் அந்த இரண்டு சிறுவர்களும் குந்திக் கொண்டிருந்த கோலத்தைப் பார்த்தான். பார்த்ததும், "என்னடா ஆக்கங்கெட்ட கழுதைகளா! ஏன் முழங்காலைக் கட்டிக்கிட்டு நடுத்தெருவிலே உக்காந்துக்கிட்டிருக்கீங்க?" என்று கேட்டான்.

அவனுடைய பேச்சுக்குரல் கேட்டு, சிறுவர்கள் இருவரும் தலையைத் தூக்கிப் பார்த்தார்கள். இருவருடைய கண்களும் சிவந்திருந்தன. வெகுநேரமாக அவர்கள் பசியினால் அழுதிருக்கிறார்கள் என்பது வேலப்பனுக்குத் தெரியாது.

"உங்க அம்மா எங்கடா?" என்று அவன் கேட்டான்.

சிறுவர்கள் பதில் சொல்லவில்லை; சொல்வதற்குத் தெம்பும் இல்லை.

"உங்க அம்மாவுக்கு உடம்பு தேவலையாயிட்டதா?"

இந்தக் கேள்விக்கு அர்த்தம் தெரியாமல் சிறுவர்கள் விழித்தார்கள். ஆகவே, அதற்கும் மௌனமாகவே இருந்தார்கள்.

மூன்று நாட்களுக்குமுன் மாடு கட்டுவதற்குத் தொழுவுக்குப் போன வேலப்பன், போகிற போக்கில் சந்தர்ப்பவசமாக வெள்ளையம்மாளின் இருப்பிடத்தைத் திரும்பிப் பார்த்தான். அவள் கந்தலைப் போர்த்திக்கொண்டு படுத்துக்கிடந்ததைப் பார்த்துவிட்டு, "உடம்புக்கு என்ன பண்ணுது?" என்று. மாடு முரட்டுத்தனமாகத் தன்னை இழுத்துக்கொண்டு போகும் சிரமத்துக்கு இடையே, ஒரு கேள்வி கேட்டான்.

வெள்ளையம்மாள் ஈனஸ்வரத்தில் பதில் சொன்னது அவன் காதில் விழவில்லை. அவனும் அவள் பதிலுக்காகக் காத்துக்கொண்டு நிற்கவில்லை. அவள் உடம்புக்கு ஒன்றும் இல்லாமலே சும்மா படுத்துக் கொண்டும் இருக்கலாம் என்று நினைத்துக்கொண்டு, மாட்டைக் கொண்டுபோய்க் கட்டிவிட்டுத் தன் வீட்டுக்குப் போனான். அவளுக்கு உடம்பு சரியில்லாமல் இருக்குமோ என்று அப்பொழுது ஏற்பட்ட சந்தேகம் இப்போது திரும்பவும் ஞாபகத்துக்கு வரவே மேற்படி கேள்வியைக் கேட்டான்

வேலப்பன். தண்ணீர் காணாத பயிர் களைப்போல வாடித் துவளும் சிறுவர்கள் மௌனமாக இருப்பதையும், அவர்களுடைய கண்கள் சிவந்திருப்பதையும் பார்த்து, "கஞ்சி குடிச்சீங்களாடா?" என்று அவன் விசாரித்தான்.

அப்போது தான் சிறுவர்கள் பதில் சொன்னார்கள்.

"இல்லே."

"கஞ்சின்னாத்தான் பயக வாயைத் திறப்பாங்க போலிருக்கு!" என்று ஒரு தடவை தமாஷாகச் சொன்னான் வேலப்பன். உடனே, "எந்திரிச்சி உள்ளே வாங்கடா" என்று இருவரையும் கூப்பிட்டான். சிறுவர் எழுந்து உள்ளே போனார்கள். வேலப்பன் தன் மனைவியை அழைத்து, சிறுவர்களுக்குக் கஞ்சி ஊற்றும்படி சொன்னான். அவளும் சோளச் சாற்றை மோர் விட்டுக் கரைத்து ஒரு பெரிய மணி சட்டியில் ஊற்றி, சட்டியின் மேலேயே பருப்புத் துவையலையும் அப்பி வைத்துக் கொண்டு அடுப்படியிலிருந்து வெளியே வந்தாள்; கஞ்சிச் சட்டியைச் சிறுவர்களிடம் கொடுத்தாள். இளையவன் ஆவலோடும் அவசரத்தோடும் சட்டியைக் கைநீட்டி வாங்கிக் கொண்டான். மூத்தவன், "வேண்டாம்" என்று ஒரு வார்த்தை சொன்னான்.

"வேண்டாமா! வாங்கிக்கோ நாயே!" என்று ஒரு அதட்டுப் போட்டான் வேலப்பன்.

"இங்கேயே வச்சிக் குடிச்சிட்டுப் போங்களேண்டா" என்றாள் வேலப்பனின் மனைவி.

"இல்லை இல்லை, கொண்டு போகட்டும். இவுக ஆத்தாளும் அங்கே வயித்துக்கு இல்லாமத்தான் கெடப்பா. இல்லேன்னா, இதுகள் எதுக்கு இப்படிக் காயுது? அங்கே கொண்டு போனா, அவளும் ஒருவாய் குடிச்சுக்கிடுவா: என்று அவன் சொன்னான்.

சிறுவர்கள் தொழுவுக்கு நடந்து வரும்போதே, "சீ! ஊரார் வீட்டிலே கஞ்சி வாங்கிக் கிட்டு வாறே! கேவலம்! இரு, அம்மாகிட்டச் சொல்றேன்" என்றான் மூத்தவன்.

இரண்டு நாளையப் பசி அவனுக்குப் பதிலாக அவனுடைய ஸ்தானத்தில் நின்று அண்ணனையும் அம்மாவின் உபதேசத்தையும் எதிர்த்து முழுப் பலத்தோடு போராடியது.

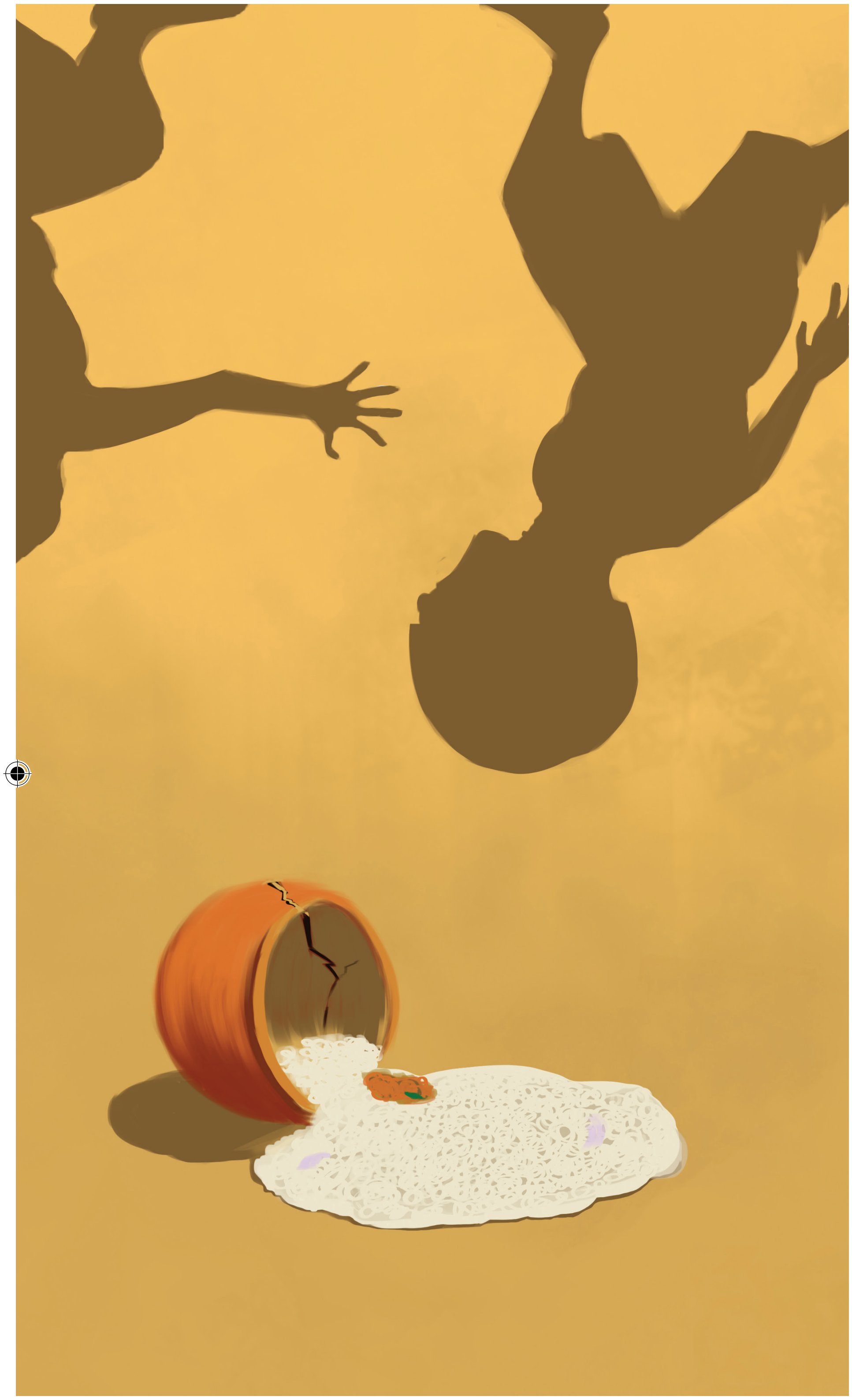
பசி என்பதற்காக அடுத்த வீட்டில் கஞ்சி வாங்கிக் குடிப்பது கேவலம் என்று அவர்களுக்கு அம்மா சொல்லி வந்திருக்கிறாள். அந்த நிலையில் இப்போது கஞ்சிச் சட்டியோடு போனால் அம்மா அடிப்பாள் என்று சின்னவனுக்கும் தெரியும். இருந்தாலும், இரண்டு நாளையப் பசி அவனுக்குப் பதிலாக அவனுடைய ஸ்தானத்தில் நின்று அண்ணனையும் அம்மாவின் உபதேசத்தையும் எதிர்த்து முழுப் பலத்தோடு போராடியது.

"அம்மாவுக்குச் சொல்லாதே, உனக்கும் கஞ்சிதாறேன்" என்று ஆசை காட்டினான் தம்பி.

"சீ! நான் குடிக்கவே மாட்டேன்" என்றான் அண்ணன்.

மேற்கொண்டு விவகாரம் பண்ணுவதற்குத் தம்பியின் உடம்பில் ஆவி இல்லை. ஒன்றும் பேசாமல் அங்கேயே நின்று கஞ்சியைக் குடிக்க ஆரம்பித்து விட்டான்.

"கேவலம், கேவலம்" என்று சொல்லிக்கொண்டு சின்னவனை அடித்தான் பெரியவன். தம்பி ஒரு மடக்குத்தான் குடித்திருந்தான். அதற்குள் முதுகில் பலமாக அடி விழவே, ஒரு கையால் சட்டியை இடுக்கிக்கொண்டு மறு கையால் அண்ணனைத் திரும்பி அடித்தான் தம்பி. சண்டை முற்றிவிட்டது. கைகளால் அடித்தும், நகங்களால் பிறாண்டியும், பல்லால் கடித்தும் சண்டை போட்டதன் பலனாகக் கஞ்சிச்சட்டி கீழே விழுந்து உடைந்துவிட்டது. கஞ்சியெல்லாம் தெருப்புழுதியோடு ஐக்கியமாகி விட்டது. ஏமாற்றத்தோடும் பயத்தோடும் அதைப் பார்த்தான் தம்பி.



அழுகை வந்தது; அழுதுவிட்டான்.

"அடுத்த வீட்டிலே வாங்கிச் சாப்பிடுவது கேவலம்" என்று அம்மா சொல்லி வந்ததற்கு என்ன அர்த்தம் என்று தெரியாமலே, தானும் அப்படியே சொல்லி அதைப் பிடிவாதமாக நிலைநாட்ட முயன்றபோது, இப்படிப்பட்ட ஒரு பெரு நஷ்டம் ஏற்படும் என்று அவன் எதிர்பார்க்கவே இல்லை. அவனுக்குப் பசி மும்மடங்காகிவிட்டது. அர்த்தமில்லாத உபதேசம் செய்து, அதன் மூலம் இப்போது கைக்கு எட்டியதை வாய்க்கு எட்டாமல் செய்துவிட்ட அம்மாவின் மீது அண்ணனுக்குக் கோபம் சண்டாளமாக வந்தது.

இருவரும் தொழுவை நோக்கி ஓடி வந்தார்கள். அம்மாவிடம் வந்து பரஸ்பரம் ஒருவனை ஒருவன் குற்றம் சொல்ல வேண்டும் என்பதுதான் அப்படி ஓடி வந்ததுதான் நோக்கம்.

அம்மா முன்போலவே கிழிந்துபோன பழைய கோணியின் கந்தலைப் போர்த்துக்கொண்டு கிடந்தாள். வாய் ஒரு புறம் கோணித் திறந்திருந்தது. கண்கள் பாதி மூடியிருந்தன.

உடம்பிலே அசைவே இல்லை. இப்படியெல்லாம் அம்மா எத்தனையோ தடவை செத்துப்போகும் விளையாட்டை ஆடியிருக்கிறாள். அப்போதெல்லாம் அம்மாவின் மேல் விழுந்து, "செத்துப்போக வேண்டாம்" என்று இருவரும் கூச்சல் போடுவார்கள். இப்போதும் அதேமாதிரி கூச்சல் போட்டார்கள்; அம்மாவை அடித்தார்கள்.

சிறிது நேரத்துக்கெல்லாம் சிரித்துக் கொண்டே, "நான் செத்துப் போகவில்லை" என்று சொல்லிய வண்ணம் கண்களை முழுக்கத் திறப்பதுபோல அம்மா இன்று திறக்கவில்லை. அதனால் சிறுவர்களுக்குக் கடுங்கோபம் வந்துவிட்டது. பிணத்தைப் போட்டு அடிஅடி என்று அடித்தார்கள்.

அண்ணனும் பார்த்தான். மண்ணில் கொட்டியதை இனிமேல் எடுத்துக் குடிக்க முடியாதே என்ற ஏமாற்றத்தினால் அவன் விட்ட பெருமூச்சில் அவனுடைய உயிரே வெளிவந்து திரும்பியது. பெருமூச்சைத் தொடர்ந்து அடக்கமுடியாத "அம்மா, செத்துப்போகாதே! செத்துப் போகாதே, அம்மா!" என்று கதறிக்கொண்டு அவளைக் கிள்ளிக் கிழித்தார்கள். சின்னவன் அவள் மீது கிடந்த கந்தல் கோணியையும் கோபத்தோடு இழுத்துத் தூரப்போட்டான். அம்மா முழு

நிர்வாணமாகக் கிடந்தாள்.

எப்படியும் அம்மாவை எழுப்பிவிடுவது என்ற உறுதியோடு சிறுவர்கள் உயிரைக் கொடுத்துப் போராடிக்கொண்டிருந்தார்கள். எவ்வளவு நேரம்தான் அடிக்க முடியும்? கை ஓய்ந்துபோன தம்பி அம்மாவின்மேல் விழுந்து, "செத்துப்போகாதே அம்மா!" என்று ஓலமிட ஆரம்பித்து விட்டான். அவன் அழுவதைப் பார்த்த பெரியவனும், அம்மாவின்மேல் விழுந்து அழுதான்.

மாலையில் வெள்ளையம்மாளின் பிணத்தை எடுத்துத் தகனம் செய்வதற்காகச் சிலர் வந்து சேர்ந்தார்கள். நாலு பச்சைக் கட்டைகளையும், ஐந்தாறு தென்னை ஓலைகளையும் வைத்து ஒரு பாடை கட்டினார்கள். பிணத்துக்கு உடுத்துவதற்காக ஒரு கிழவர் புதிதாக வெள்ளைச்சேலை ஒன்று வாங்கிக்கொண்டு வந்து தர்மமாகக் கொடுத்தார். தாயார் வெள்ளை வெளேர் என்று புதுச்சேலை கட்டியிருப்பதைச் சிறுவர்கள் அன்றுதான் முதன்முதலாகப் பார்த்தார்கள். ஆச்சரியத்தினால் அழுகையை ஒரு நிமிஷம் நிறுத்தினார்கள்.

அவர்களுக்கு ஏதோ ஒருவிதமான ஆனந்தம்கூட ஏற்பட்டது; மறுநிமிஷம் தங்களுக்கும் அப்படி ஒரு புதுச்சேலை கிடைக்காதா என்று ஏங்கினார்கள். பிறகு, அம்மா செத்துப்போனது ஞாபகம் வந்து, பழையபடியும் அழத் தொடங்கினார்கள்.

வெள்ளையம்மாளின் பிணம் சுடுகாட்டுக்குப் போய்ச் சாம்பலாகி விட்டது. இதையும் சிறுவர்கள் பார்க்கும்படி ஊரார் விடவில்லை. பார்த்திருந்தால் அம்மா மட்டுமல்லாமல் அழகான புதுப்புடவையும் சேர்ந்து தீயில் எரிந்ததற்காகச் சிறுவர்கள் அழுதிருக்கக்கூடும். பிணத்தைப் பாடையில் கொண்டுவந்து வைப்பதற்கு முன்பே வேலப்பன் சிறுவர்களுக்கு முறுக்கு வாங்கிக் கொடுத்துத் தன் வீட்டுக்கு அழைத்துச் சென்றுவிட்டான். அங்கே இருவரும் வயிறாரச் சாப்பிட்டார்கள். வயிறு நிறைந்த பிறகுதான் அம்மாவின் நினைவு முழுவேகத்தோடு வந்து சிறுவர்களின் நெஞ்சில் அடித்தது.

வேலப்பனின் மனைவி, "உங்க அம்மா வந்துருவாடா. அழாதீங்க. பேசாமல் இங்கேயே விளையாடிக்கிட்டிருங்க" என்று சொல்லி அவர்களுடைய துயரத்தை மறக்க வைக்க முயன்றாள்.

இரவு வந்ததும் அவள் விளக்கு ஏற்றினாள். வேலப்பனும் வீடு வந்து சேர்ந்தான். சிறுவர்களுக்குச் சுடுசாதம் போட்டார்கள். அதன்பின் ஒரு பாயை விரித்து அதில் அவர்களைப் படுக்க வைத்தார்கள். சாக்குப் படுதாவிலேயே பிறந்த நாள் முதல் படுத்து உறங்கிய சிறுவர்களுக்குப் பாய்ப்படுக்கை சொல்லமுடியாத பேரானந்தத்தை அளித்தது.

இந்தப் பாயில் அம்மாவும் தங்களோடு படுத்துக்கொண்டால் இன்னும் ஆனந்தமாக இருக்குமே என்று நினைத்து, "அம்மா, அம்மா" என்று பழையபடியும் அழத் தொடங்கினான் சின்னவன்.

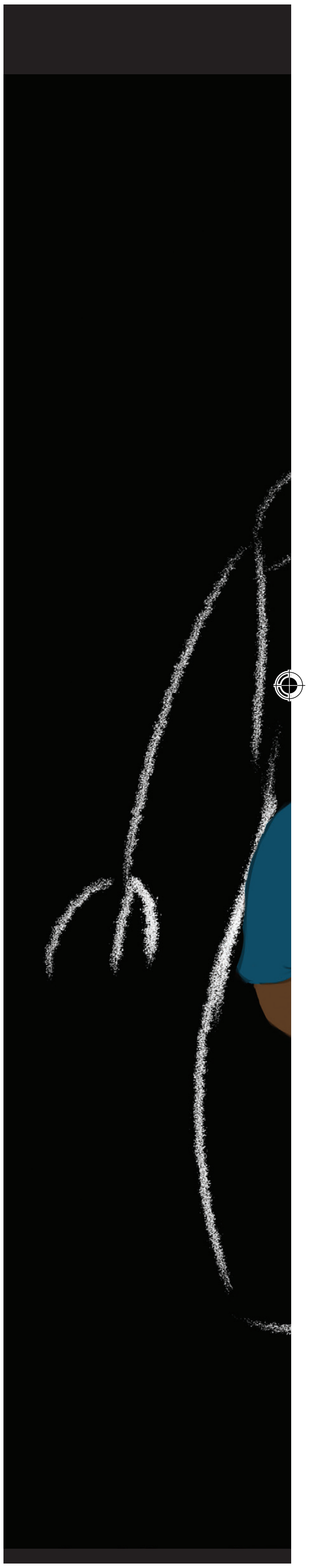
வேலப்பன் அவர்களைத் தூங்கும்படி நயமாகவும் இரக்கத்தோடும் சொன்னான். அவர்கள் இருவருக்கும் சேர்த்து ஒரு பழைய வேஷ்டியைக் கொண்டு வந்து போர்த்திவிட்டு, அரிக்கன் விளக்கின் வெளிச்சத்தைக் குறைத்து வைத்துவிட்டு தானும் பக்கத்திலேயே ஒரு பாயை விரித்துப் படுத்து விட்டான்.

வயிறு பூரணமாக நிறைந்துவிட்டது. படுக்கையும் வழக்கம்போல அரித்துப் பிடுங்கும் கோணியல்ல. அதே போலப் போர்வையும் கோணியாகவோ கந்தலாகவோ இல்லாமல் வேஷ்டியாக இருந்தது. இத்தனை வசதிகளும் ஒரு சேர அமைந்துவிட்டதால் சிறுவர்கள் சுகமாகத் தூங்கிவிட்டார்கள்.

அதற்கு அப்புறமும் இரண்டு மணி நேரம் ஆகிவிட்டது. ஒரே நிசப்தம்; தாங்கமுடியாத குளிர்; மழையாகக் கொட்டிக் கொண்டிருந்தது. தைமாதப் பனி. போர்வையாகக் கிடந்த வேஷ்டி, அவர்கள் தாறுமாறாக உருண்டு புரண்டதால் தனியே விலகி, சுருண்டுபோய் ஒரு பக்கத்தில் கிடந்தது.

சந்தர்ப்பவசமாகத் தூக்கத்திலிருந்து விழித்துக் கொண்ட வேலப்பன் சிறுவர்களைத் திரும்பிப் பார்த்தான். வெறுங் கோவணத்தோடு குளிரில் நடுங்கிக்கொண்டு கிடந்த சிறுவர்களின் மீது மீண்டும் வேஷ்டியை எடுத்துப் போர்த்தினான். அப்போது அவன் கொஞ்சங்கூட எதிர்பாராதவாறு சிறுவர்கள் இருவரும் ஏககாலத்தில் ஒரே குரலில், "அம்மா" என்று வீடே அலறும்படி கத்தினார்கள்.

வேலப்பனுக்கு ரத்த ஓட்டமே நின்றுவிட்டது போல் இருந்தது. அதிர்ச்சியால் வாயடைத்துப்போய் நின்றான். அவன் மனைவி தூக்கத்திலிருந்து துள்ளி விழுந்து எழுந்தாள். என்னவோ ஏதோ என்று எழுந்து உட்கார்ந்து விட்டார்கள்.



தைரியசாலியான வேலப்பனுக்கு அதிர்ச்சி நீங்கியது. "கடவுளே! இந்தக் குழந்தைகள் என்ன பாவம் பண்ணிச்சி, இதுகளை இப்படிப் போட்டுச் சோதிக்கிறயே!" என்று வாய் விட்டுப் புலம்பினான்.

கணவனும் மனைவியும் வெகு நேரம்வரை என்னென்னவோ சொல்லிச் சமாதானப்படுத்தியும் சிறுவர்கள் அம்மாவை அழைப்பதையோ, சுற்றுமுற்றும் திரும்பிப் பர்த்து அம்மாவைத் தேடுவதையோ நிறுத்த வில்லை. அவள் கதவு மறைவிலோ, சுவர் மறைவிலோ நிச்சயமாக ஒளிந்து கொண்டி ருப்பதாகவே நினைத்துப் பயங்கரமாகக் கூப்பாடு போட்டு அழைத்தார்கள்.

மறுநிமிஷம் தங்களுக்கும் அப்படி ஒரு புதுச்சேலை கிடைக்காதா என்று ஏங்கினார்கள். பிறகு, அம்மா செத்துப்போனது ஞாபகம் வந்து, பழையபடியும் அழத் தொடங்கினார்கள்.

"ரெண்டும் ஏதாச்சும் கனாக் கண்டிருக்குமோ?" என்றாள் வேலப்பன் மனைவி.

"என்னான்னு தெரியலையே!" என்று சொல்லிவிட்டுத் தலையில் கைவைத்த வண்ணம் அப்படியே ஒரு சுவரில் சாய்ந்து உட்கார்ந்துவிட்டான் வேலப்பன்.

அவள் நினைத்ததுபோலக் குழந்தைகள் கனவு கண்டது உண்மைதான். ஆனால், இரண்டு சிறுவர்களும் ஒரே சமயத்தில் ஒரே கனவைக் கண்டார்கள் என்பதை நிச்சயமாக அவளால் நினைத்திருக்கமுடியாது. யாரால்தான் முடியும்?

சிறுவர்கள் தூங்கும்போது, கனவில் அவர்களுடைய அம்மா வந்தாள். குழந்தைகள் இருவரையும் தனித்தனியாக வாரி எடுத்து முத்தமிட்டாள். அம்மாவின் புதுச்சேலையைக் குழந்தைகள் ஆசையோடு தொட்டுத் தொட்டுப் பார்த்தார்கள்.

"என் கண்ணுகளா, இந்தச் சீலை இனி உங்களுக்குத்தான். உங்களுக்குக் கொடுக்கத்தான் அம்மா வந்திருக்கிறேன். நான் செத்துப் போகவில்லை" என்றாள் தாய். பிறகு குழந்தைகளைப் படுக்க வைத்தாள். அதன்பின் தான் உடுத்தியிருக்கும் புதுச் சேலையை அவர்களுக்குப் போர்த்தி விட்டு, பிறந்த மேனியுடன் வெளியே நடந்தாள்.

அம்மா தங்களை விட்டு விட்டு எங்கோ போகிறாள் என்பதைப் பார்த்தபோதுதான் சிறுவர்கள் வீடே அலறும்படியாக "அம்மா" என்று கத்தினார்கள். அவ்வளவில் அவர்களுடைய தூக்கமும் கலைந்துவிட்டது. எழுந்து கண்களைத் திறந்து பார்க்கும்போது எதிரே அம்மா இல்லை; சுடுகாட்டுக்குப் போனபிறகும் அம்மா வீடு தேடி வந்து அவர்களுக்குப் போர்த்திய அந்த வெள்ளைப் புடவையும் இல்லை;

வேலப்பன்தான் நின்று கொண்டிருந்தான். ●

சுய உதவிக் குழுக்களின் செயல்பாடுகளை அறிந்திட முற்றம் படியுங்கள்!

முற்றம் மேலும் மேலும் வளர்ந்திட உங்களின் ஆதரவை தாருங்கள்!

முற்றத்திற்கு சந்தா செலுத்திடுங்கள்!

புத்தகத்தைப் படிக்க என்னை

Scan செய்யவும்

முற்றம் இதழின் சந்தா விபரம்	
ஒரு ஆண்டு	ரூ. 240/-
இரண்டு ஆண்டு	ரூ. 450/-
மூன்று ஆண்டு	ரூ. 680/-

விளம்பரக் கட்டணம்	
அட்டையின் 2-வது பக்கம்	ரூ. 50,000/-
அட்டையின் 3-வது பக்கம்	ரூ. 50,000/-
அட்டையின் பின்பக்கம்	ரூ. 50,000/-
புத்தகத்தின் உள்பக்கம்	ரூ. 35,000/-

முற்றத்திற்கு செலுத்தும் சந்தாத் தொகையினை முற்றம் (MUTRAM) என்ற பெயரில் சென்னையில் மாற்றத் தகுந்த வகையில் வங்கி வரைவோலையாக எடுத்து அனுப்பவும். வரைவோலையுடன் உங்கள் பெயர், குழுவின் பெயர், கதவு எண், தெருவின் பெயர், ஊராட்சியின் பெயர், தாலுக்கா, மாவட்டம் மற்றும் அஞ்சலக எண் ஆகியவற்றை அவசியம் குறிப்பிட்டு அனுப்பவும்.

சந்தாதாரர்களே நேரடியாக முற்றம் https://mutram.org.in/Login.aspx என்ற இணையதள முகவரி அல்லது https://play.google.com/store/apps/details?id=com.isky.mutram_magazine என்ற கைபேசி செயலியில் தங்களது முகவரியினைப் பூர்த்தி செய்தல் மற்றும் பணப்பரிமாற்றம் போன்ற பணிகளை செய்து கொள்ளலாம்.

விமர்சனங்கள் அனுப்பப்பட வேண்டிய முகவரி

முற்றம் மாத இதழ், தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம்,

அன்னை தெரசா மகளிர் வளாகம், 1வது மாடி, வள்ளுவர் கோட்டம் நெடுஞ்சாலை,
நுங்கம்பாக்கம், சென்னை – 600 034.

முற்றம் இதழில் உங்களுடைய படைப்புகளான, கவிதை, கட்டுரை, ஓவியம், சிறுகதை மற்றும் 'வாழ்ந்துக் காட்டுவோம்' பகுதியில் உங்கள் குழுவின் சாதனைக் கதை இடம் பெற உரிய புகைப்படங்களுடன் கீழ்காணும் மின்னஞ்சல், முகவரி வழியே எங்களை அனுகுங்கள். முற்றம் இதழ் குறித்த தங்களின் விமர்சனங்களும், ஆலோசனைகளும் வரவேற்கப்படுகின்றன.

மின்னஞ்சல் : wdcmutram@gmail.com

கௌரவ ஆசிரியர்
ஆர். வி. ஷஜீவனா, இ.ஆ.ப.

சிறப்பு ஆலோசகர்
ஐயன் கார்த்திகேயன், பி.டெக்.,

பதிப்பாளர், ஆசிரியர்
எஸ். சின்னப்பன்

மேலாளர்
வா. ராகுலன், PRO

துணை ஆசிரியர்
ஏ. கண்ணன்

பிழை திருத்துபவர்
எஸ்.எஸ். ரவிச்சந்திரன்

வடிவமைப்பு
என்.எஸ். நாணா

புத்தக மேம்பாடு
Aarah Digitainments

ஊரக வளர்ச்சி
மற்றும்
ஊராட்சித்துறை
மலர்: 27
இதழ்: 03
ஜூலை 2025

கவிதை

– அ.ப.இராசா

எத்துப்பல் டீச்சர்!

தாரணி சண்முகா டீச்சரை
உங்களுக்குத் தெரியுமா?

பத்தாம் வகுப்பு ஆ பிரிவுக்கு
அவர் தான் வகுப்பாசிரியை.

கூர்நாசி
பூசினாற் போல் உடல்வாகு
ஒளி பரவும் கண்கள்
சற்று எத்துப்பல்
முழுதாய் சிரித்தால்
கடவாய் வரை
மேல் ஈறுகள் தெரியும் தோற்றம்.

ஒரு கையில் கைப்பையும்
மறு கையில் செல்போனும் பிடித்து
அவர் நடந்து வரும் போது
மேகங்கள் எல்லாம்
அவரோடு நடக்க அடம்பிடிக்கும்.

இருந்துமென்ன
மொத்த கண்களும்
அவர் பல்லில் இருக்கும்.

கேலி பேசும் மாணவர்களுக்கு
அது ஒரு வசவுப் பொருள்.
கிசுகிசுக்கும் ஆசிரியர்களுக்கு
அவரொரு துர்தேவதை.

அவருக்கு ஆயிரம் ஆசைகள்
பல் எல்லாவற்றுக்கும்
முட்டுக்கட்டை போடும்.

முதன் முதலில் பெற்றோர் மேல்
கோவம் வந்தது கூட
அதற்குத் தான்.

ஆசிரியர்களுக்கான அறையில்
வாய் விட்டுச் சிரிக்கும் போதும்

அவரின் நீண்ட பற்களை
எவரும் பார்த்ததில்லை.

ஜோடி பொருத்தத்தில்
ஜாதக கட்டத்தை தாண்டினாலும்
எத்துப் பல் வந்து
குறுக்கே நிற்கும்.

அவர் சபிக்காத நாளில்லை–
அவரிடம்
வசவு வாங்காத கடவுளும்
இல்லை

எல்லாம் புரிந்து
எதார்த்தம் உணர்ந்து
குறுகிய புன்னகைக்கு
அவர் பழக்கப்பட்டு
இத்தோடு எட்டாண்டு.

யாருமில்லாத
இந்த ஞாயிற்றுக்கிழமை பின்
மதியத்தில்
டிவியில் காமெடி பார்த்து
வாய் விட்டுச் சிரித்தார்.
பாதி வரை மட்டும்
விரிந்திருந்தன உதடுகள்.

ஓவியம்: துர்கா

வைட்டமின் D

ஒளிர்விடும் ஆரோக்கியம்

இன்றைய வேகமான வாழ்க்கை முறையில், பெண்கள் பலர் வைட்டமின் D குறைபாட்டால் பாதிக்கப்படுகின்றனர். உலகளவில் பாதிக்கும் அதிகமான பெண்கள் வைட்டமின் D குறைபாட்டால் அவதிப்படுகின்றனர். வைட்டமின் D நமது உடலுக்கு மிகவும் அவசியமான ஊட்டச்சத்து. இது முக்கியமாக எலும்புகள் மற்றும் பற்களை வலுவாக வைத்திருக்க உதவுகிறது, நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரித்து தொற்றுநோய்களிலிருந்து பாதுகாக்கிறது. மனநிலையை மேம்படுத்தி மன அழுத்தத்தை குறைக்க உதவுகிறது. ரணங்களை சரி செய்வதற்கும் உதவுகிறது. இதய ஆரோக்கியத்தை பராமரிக்கவும், தசை வலிமையை அதிகரிக்கவும் பயன்படுகிறது.

மரு. தியாகராஜ்

சூரியஒளி,மீன்வகைகள்,முட்டையின் மஞ்சள் கரு, பால் பொருட்கள், காளான் போன்றவற்றிலிருந்து வைட்டமின் D கிடைக்கிறது. குறிப்பாக குழந்தைகள், கர்ப்பிணிகள், மற்றும் வயதானவர்களுக்கு இது மிகவும் அவசியம்.

வைட்டமின் D குறைபாடு அதிகரிப்பதற்கான காரணங்கள்

பெரும்பாலான பெண்கள் உட்புற வேலைகளில் ஈடுபட்டு, குறைந்த சூரிய ஒளியினைப் பெறுகின்றனர். கலாச்சார மற்றும் மத காரணங்களால் முழு உடலை மூடும் ஆடைகள் அணிவதும், நகர்ப்புற மாசுபாட்டின் காரணமாக சூரிய ஒளியின் தரம் குறைவதும் இந்த பிரச்சினையை அதிகரிக்கிறது. ஈஸ்ட்ரோஜன் ஹார்மோன் மாற்றங்கள், கர்ப்பகாலம் மற்றும் தாய்ப்பால் கொடுக்கும் காலத்தில் வைட்டமின் D-ன் தேவை அதிகரிப்பதும் குறைபாட்டுக்கு வழிவகுக்கிறது.

சூரிய ஒளியில் UV B கதிர்களின் பங்கு வைட்டமின் D தேவையைப் பூர்த்தி செய்கிறது. இந்த கதிர்கள் உடலின் தோல்பகுதியில் உள்ள கொழுப்புடன் சேர்ந்து, அது கல்லீரல் மற்றும் கிட்னியின் வழியாக வைட்டமின் D ஆக உருமாறுகிறது. இந்த கதிர்கள் காலை 10 மணி முதல் மாலை 4 மணி வரை குறிப்பாக 11 மணி முதல் 2 மணி வரை அதிகமாகக் கிடைக்கிறது, அப்போது வெயிலில் 15 நிமிடங்களாவது செல்வது அவசியம் என்கிறார் ஓமந்தூரார் அரசினர் தோட்டம், அரசு மருத்துவக் கல்லூரியின் உதவிப் பேராசிரியர் மரு. தியாகராஜ் , M.S. Ortho.

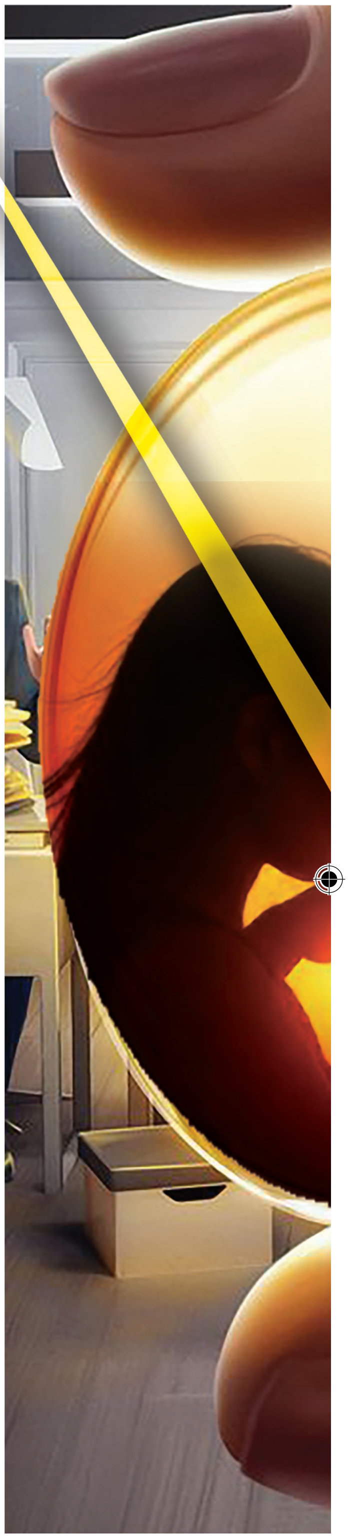
வெளியிலேயே செல்லாமல் இருப்பது, சூரிய ஒளி படாமல் இருக்க க்ரீம்களை பயன்படுத்துவது உள்ளிட்டவையும் வைட்டமின் குறைபாட்டுக்கு காரணமாகிறது. வயதானவர்கள் வெளியில் அதிகம் செல்லாமல் இருப்பதும், அவர்களுக்கு இந்த குறைபாடு இருக்க முக்கிய காரணம் என்கிறார் மரு. தியாகராஜ்

எலும்பு ஆரோக்கியத்தில் வைட்டமின் D–ன் பாத்திரம்

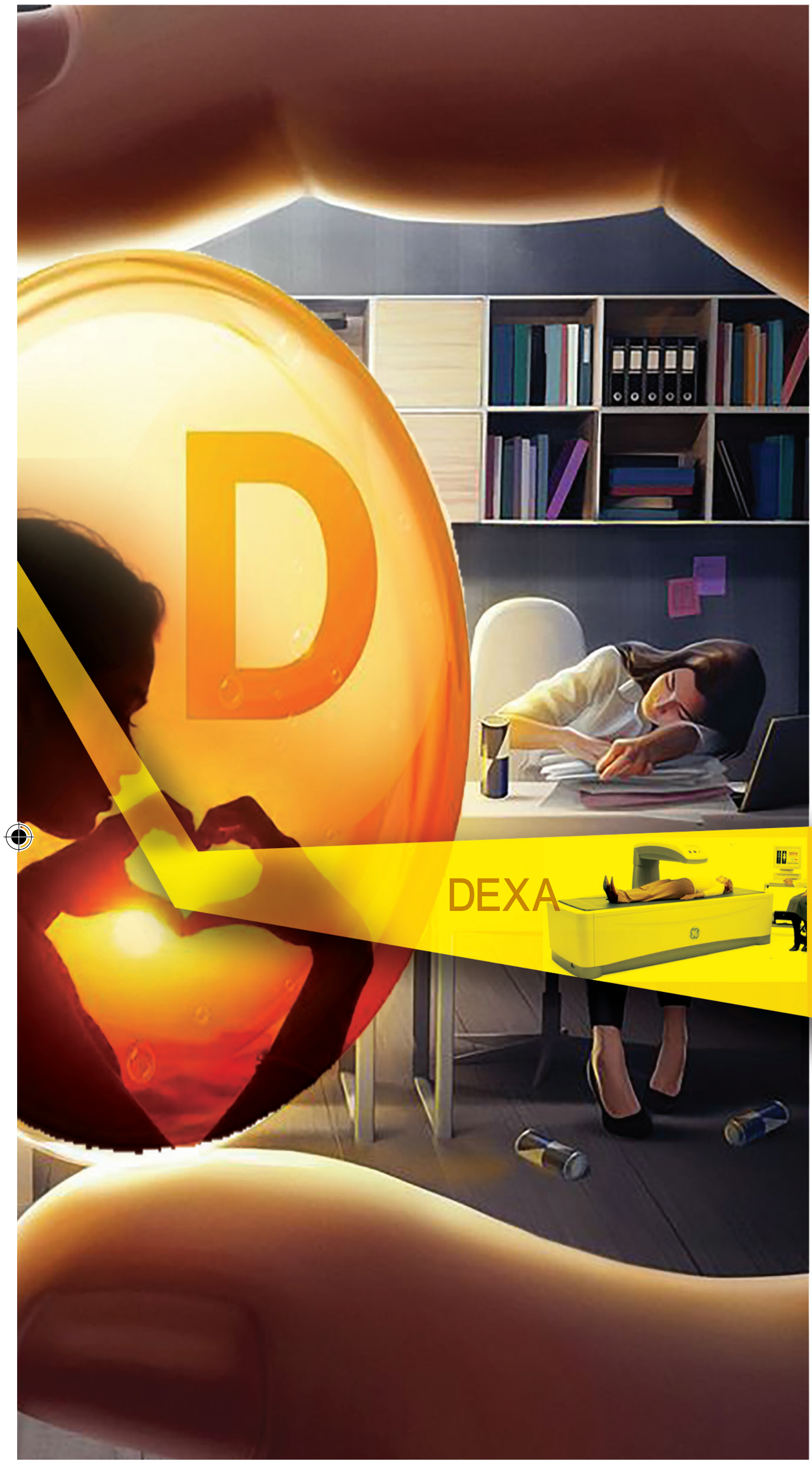
வைட்டமின் Dயின் முக்கிய பங்கு, கால்சியம் மற்றும் பாஸ்பரஸ் முற்றிலுமாக உடல் உறிஞ்சுவதற்கு உதவுகிறது, மேலும் கால்சியம் தேவையில்லாமல் உடலிலிருந்து வெளியேறுவதையும் தடுக்கிறது. கால்சியம் பாஸ்பரஸ் ஆகிய இரண்டு சத்துக்களும் எலும்பின் மேல் படிந்து அதன் அடர்த்தியை அதிகரிக்கின்றன. இதன் குறைபாடால் ஹைப்பர் பேரா தைராடிசம் என்ற நோய் வருவதற்கான வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது. இதன் விளைவாக எலும்பின் அடர்த்தி மேலும் குறைகிறது.

கர்ப்பகாலம்: தாய் மற்றும் குழந்தையின் ஆரோக்கியத்திற்கு

இக்காலகட்டத்தில் வைட்டமின் D-ன் தேவை கடுமையாக அதிகரிக்கிறது. குழந்தையின்



Published by S. CHINNAPPAN, on behalf of MUTRAM SOCIETY from Tamilnadu Corporation for Development of Women's Ltd., Printed by B. RAJKUMAR, RASI GRAPHICS PRIVATE LTD, 40.Peters Road, Royapettah, Chennai - 600014. Published from Tamilnadu Corporation for Development of Women's Ltd., Annai Teresa Mahalir Valagam, Valluvarkottam High Road, Nungambakkam, Chennai - 600 034, Editor: S. CHINNAPPAN.



வைட்டமின் D குறைபாடு உள்ள தாய்மார்களின் பாலில் வைட்டமின் D குறைவாக இருக்கும். இதன் விளைவாகக் குழந்தைகளுக்கு வைட்டமின் D குறைபாடு ஏற்படும். தாய்ப்பால் காலத்தில் தாயின் எலும்புகளில் இருந்து கால்சியம் எடுக்கப்பட்டு பாலில் சேர்க்கப்படுகிறது. வைட்டமின் D குறைபாடு இருந்தால், இந்த கால்சியம் இழப்பு மேலும் அதிகரிக்கும். இது தாயின் எலும்பு அடர்த்தியைக் கடுமையாகப் பாதிக்கும்.

DEXA ஸ்கேன் என்றால் என்ன?

DEXA ஸ்கேன் (Dual-energy X-ray absorptiometry) என்பது எலும்பு அடர்த்தியை அளக்கும் பரிசோதனை. இது எலும்பு பலவீனம் (ஆஸ்டியோபோரோசிஸ்) இருக்கிறதா என்பதை கண்டறிய உதவுகிறது. பெண்களுக்கு இது மிகவும் அவசியம்.. இது வலியற்ற, 10-15 நிமிட பரிசோதனை. ஆரம்ப நிலையிலேயே எலும்பு பலவீனத்தை கண்டறிந்து சிகிச்சை அளிக்க இது உதவுகிறது.

வைட்டமின் D என்பது வெறும் ஊட்டச்சத்து மட்டுமல்ல, அவசியமான அடிப்படைத் தேவை

சூரிய ஒளி, மீன் வகைகள், முட்டையின் மஞ்சள் கரு, பால் பொருட்கள், காளான் போன்றவற்றிலிருந்து வைட்டமின் D கிடைக்கிறது.

எலும்பு, பல் வளர்ச்சி, மூளை வளர்ச்சி, நோய் எதிர்ப்பு மண்டல அமைப்பு ஆகியவற்றுக்கு வைட்டமின் D அவசியம். கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு தினமும் ஆயிரம் முதல் இரண்டாயிரம் வரை IU (International Units - சர்வதேச அளவீடு) வைட்டமின் D பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.

ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைக்கு வைட்டமின் D

தினமும் சிறிது நேரம் சூரிய ஒளியில் இருப்பது, சீரான உணவு முறை பின்பற்றுவது, தேவைப்பட்டால் மருத்துவ ஆலோசனையுடன் சப்ளிமெண்ட் எடுத்துக்கொள்வது போன்ற எளிய முறைகளில் வைட்டமின் D குறைபாட்டை தவிர்க்கலாம். குறிப்பாக பெண்கள், குழந்தைகள், மற்றும் வயதானவர்கள் தங்கள் வைட்டமின் D அளவை வழக்கமாக பரிசோதித்துக்கொள்வது நல்லது. ஆரோக்கியமான எதிர்காலத்திற்கு வைட்டமின் D என்பது நமது கைகளில் இருக்கும் வலிமையான ஆயுதம்.

- க. ஸ்ரீநிதி

Posted at Egmore RMS, Patrika Channel.
RNI NO .TNTAM/1999/02733 - TAMIL NADU MAKLIR MAMPATTU MURTRAM R.DIS.1569/2023
Reg. No. TN/CH/(C)/455/2024-2026 & Licensed to Post Under without Prepayment TN/PMG(CCR)/WPP-564/2024-2026
Date of Publication : 1st Week of the every month Posted between 8th-14th July 2025

கலைநய தொழிலில் சாதிக்கிறேன்...
வலிமையூட்டி ஆதரவளித்தது
மதி சிறகுகள் தொழில் மையம்..!

M. ஷபானா,
ZOKRAFTZ (மண்பாண்டம் & செராமிக்ஸ்), நிறுவனர்,
முண்டியம்பாக்கம்,
விக்ரவாண்டி,
விழுப்புரம்.

மதி சிறகுகள் தொழில் மையத்தில் அனைத்து தொழிலாதரவுகளும் வழங்கப்படும்:

- தொழில் திட்டம்
- கடனுதவி
- தொழிற்பயிற்சி
- சந்தை இணைப்பு
- இ-சேவை மைய சேவைகள்

மதி சிறகுகள் தொழில் மையம்

உங்க பிஸினஸ் சப்போர்ட்டுக்கு கால் பண்ணுங்க,
ஹெல்ப்லைன் (10.am-6.pm) 155 330 (அ) 1800 599 1600

தமிழ்நாடு ஊரகப் புத்தாக்கத் திட்டம்
வாழ்ந்து காட்டுவோம் திட்டம்

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை
5வது தளம், திருவிக தொழிற்பேட்டை, சிட்கோ தொழிற்பேட்டை, கிண்டி, சென்னை- 600032, தமிழ்நாடு
(044) 434 43200 tnrtpstate@gmail.com www.vkp-tnrtp.org VKPTNRTP VKP_TNRTP VKP_TNRTP